מוסף ידיעות אחרונות

יום רביעי, א' בשבט תשמ"ח – 20.1.1988

[illegible]

אופנה: הפרט האחרון (עמ' 5)

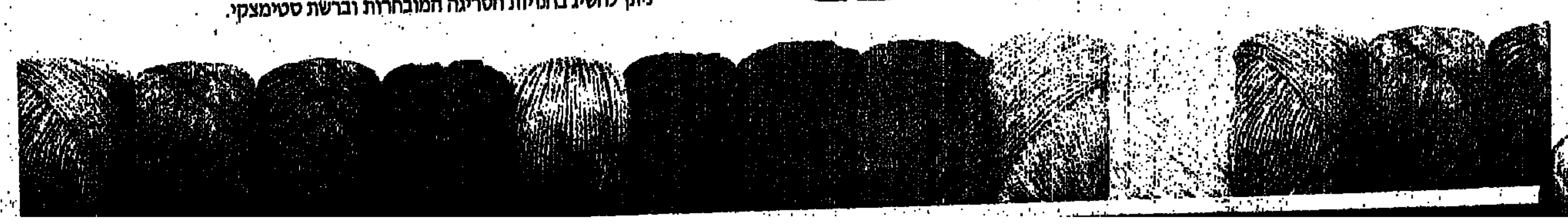
על חוברת הסריגה של

ויטלגו

בויטלגו תמצאו מבחר עצום של חוטי סריגה באיכות מעולה, בשלל צבעים מרהיבים, במגוון סוגים וחומרים, מאנגורה עד טוויד, והלהיט של העונה — חוטי כותנה לאנשים הרגישים למגע צמר.

וזה רק על קצה המסרגה.

את חוברת הסריגה החדשה של ויטלגו, המכילה 75 דגמים מקוריים ויפהפיים עם הוראות סריגה פשוטות וברורות — ניתן להשיג בחנויות הסריגה המובחרות וברשת סטימצקי.



●●● רות דיין
במבי קרע את השמלה

רות דיין נחשבת למומחית בינלאומית לענייני העולם השלישי. לעיתים מזומנות היא נשלחת בשירות מטעם האו"ם להכנת תשתית לתוכניות פיתוח בארצות נחשלות. בשנה שעברה נסעה בג'יפ בין כפרים נידחים באל סלבאדור, כשמסביב מהדהדים מטחי

רות דיין עם בני הזוג שי: לשייח' סולימן, דרך מודעת שידוכין

הירי של אנשי גרילה. למרות המצב שם, הצליחה לבנות תוכנית עבודה מפורטת, אותה העבירה לאו"ם.

לפני חודש ביקרה רות דיין בנמיביה, שבדרום־מערב אפריקה. היא סיירה ברחבי מדבר אלאחארי, חצתה נהרות שורצי תנינים ונתנה את הערכותיה לגבי פרוייקט עתידי לנמיביה, השואפת לעצמאות (כיום תחת מנדט של דרא"פ). זוהי התמחותה זה 38 שנים, למן הנסיעה הראשונה שלה לארצות העולם השלישי מטעם משרד העבודה. מאז ביקרה כמעט בכל העולם.

בשבוע שעבר נפתח בהרצליה סטודיו ליצור ויטראז'ים, "זין כית" בבעלותם של אריאלה ואוריאל שי ויעקב כהן, המשך מאוחר של עיסוקיהם קודמים של בני הזוג שי. אוריאל – בעל חברה ליבוא מוצרי חשמל, היה בעבר הרחוק מנהלה המסחרי של "משכית". אריאלה מעצבת ומייצרת אהילים. רות דיין, שהכירה כל אחד מהם בעיסוקיו הקודמים, היתה בפתיחה ונזכרה בימיה הראשונים של "משכית", אותה הקימה בראשית שנות ה־50, כדי להעסיק עולים חדשים.

"את הצמר הראשון שנתתי לעולי צפון־אפריקה, קניתי אצל השייח' הבדואי הנודע סולימן, שהיו לו 39 נשים. הגענו אליו דרך מודעה שפירסם, כשחיפש אשה נוספת, אירופית (גויה גרמניה התלהבה מהרעיון והציעה את מועמדותה, אלא שבאותם ימים לא עודדו את בואם של גרמנים לארץ). יום אחד ערכתי תערוכה מעבודות הצמר של העולים. השייח סולימן הגיע למוזיאון ת"א (אז בבית דיזנגוף) עם פמליה ומתנה עבורי. המתנה היתה... במבי קטן, עופר איילים תמוך אבל עם ציפורניים חדות. השייח נתן לי להחזיק אותו והעופר הנבוך קרע לי את השמלה".

את העופר מסרה רות דיין לחודשים, שם למד אז בנה, אודי.

●●● ה־בי־ג'יז
הנערה שבקיר

אלבומם ה־25 של ה"בי ג'יז" הוותיקים, "ESP", העוסק ב"תופעות על חושיות שקשה להסבירן", יצא לאור בהדפסה מקומית. באחרונה גילו את הקשר האישי מאוד שלהם לשם התקליט ונושאיו.

"אנחנו חיים בקשר טלפתי", מצהיר האח בארי וכוונתו לעצמו ולשלושת אחיו, מוריס, רובין ואנדי. "זה עוזר גם לפיתרון בעיות משפחתיות וגם לכתיבת מוסיקה. אנחנו לא זקוקים להרבה מילים. די לנו במבטים".

"הרגישויות הגבוהות התחילו עוד בילדות. ההשראה הראשונה לתקליט מקורה בילדותנו. יום אחד הלכתי עם אחי מוריס ברחוב וראינו בחורה צעירה לבושה כולה לבן. הרגשתי שקורה פה משהו בלתי רגיל ואז, לפתע, הסתובבה הנערה ונעלמה בתוך קיר אטום של בית. זו לא היתה פנטזיה, כי שנינו ראינו אותו דבר וגם שמנו לב, שעוד כמה עוברים ושבים הביטו אחריה בתדהמה".

באשר לאח הרביעי, אנדי, שהיה מכור לאלכוהול ולסמים, לאחר שאהובתו, ויקטוריה פרינסיפל ("דאלאס") נטשה אותו, מעידים עליו אחיו, שתהליך שיקומו הצליח הפעם. הוא מתכונן לקראת קריירה מחודשת ואפילו למד לטוס. באחרונה קיבל את רישיון הטיס שלו, שיסייע לאחים גיב לחקור את התופעות העל־חושיות גם בשחקים, בלי להיעזר באנשי צוות של מטוס.

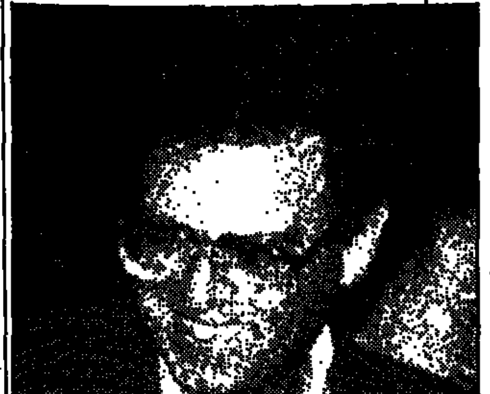
הבי. ג'יז – מוריס, רובין ואנדי גיב. תופעות אל־חושיות בשחקים

●●● מאיר ויזל
מפיץ המוסיקה

ב־1940, בבלגיה הכבושה על־ידי הנאצים, נוסדה אגודת "הנוער המוסיקלי", שמטרתה להיאבק נגד הגזענות, באמצעות המוסיקה. במשך השנים התרחבה אגודת הנוער המוסיקלי וכיום יש לה סניפים בכ־40 מדינות, ביניהן ישראל.

הנוער המוסיקלי בישראל פועל כעמותה, אותה מנהלת בהתנדבות ובחן רב סופי גרינשטיין. לאחרונה ערכה עמותת ידידי הנוער המוסיקלי קונצרט חגיגי בחסות ראש עיריית ת"א במלון דן ת"א.

מנכ"ל הנוער המוסיקלי הוא ד"ר מאיר ויזל, מנצח, פסנתרן ומוסיקולוג ובעיקר אידיאליסט הפועל להפצת המוסיקה ברחבי



ד"ר מאיר ויזל. מרוקאי־אשכנזי

הארץ. הוא עורך חוגי מוסיקה בהתנדבות בעיירות פיתוח ואף מגשים את האידיאולוגיה שלו על־ידי מגורים בגן־יבנה, לשם עקר מסביון (!).

ויזל הוא מרוקאי אשכנזי. איך? כאשר נוסד "הנוער המוסיקלי" בבריסל, נמלטו הוריו מגרמניה הנאצית, הגיעו לצרפת ומשם למרוקו, לשם נשלח האב כקצין בצבא הצרפתי. הוא גדל בת"א (שכן של מנחם בגין וחבר טוב של בנו, בני), למד באקדמיה למוסיקה, עבר לירושלים, למד מתימטיקה וסטטיסטיקה באוניברסיטה, ואחר־כך נסע לניו־יורק, לעשות את הדוקטורט שלו. כשחזר ארצה התגורר באילת והקים את הקונסרבטוריון למוסיקה הראשון בעיר.

הרגעים המרשימים ביותר בחייו קשורים בנוער המוסיקלי: "יום אחד הגעתי לערד כדי להקים תא נוער מוסיקלי. המתנתי שעה ואף אחד מבני הנוער לא הגיע. חזרתי הביתה מאוכזב, אבל עם החלטה נחושה: כאן יהיה תא. חזרתי לשם שוב ושוב, וכיום יש נוער מוסיקלי גם בערד".

יעל אביב־וידזר. מפגשים עם ז'אן מארה

●●● יעל אביב־וידזר
בחזרה לציביליזציה

יעל אביב (וידזר), היפהפיה הזכורה מתפקידה הראשי בסידרה הראשונה של הטלוויזיה הישראלית "חדווה ושלומיק" (על־פי "חדווה ואני" של אהרון מגד), החלה באחרונה בקריירה חדשה, אף היא בתחום הקולנוע, אבל מהעבר האחר של המתרס.

כעשר שנים היתה יעל הרחק מן ההמון הסוער, במזרח הרחוק, בעיקר באי גואה, שם עסקה בייצור בגדים שעיצבה. לפני כשנה וחצי עקרה לספרד והתגוררה חצי שנה בעיירת חוף כ־20 ק"מ ממלאגה, כטבילת אש ראשונה לפני החזרה אל הציביליזציה האירופית, שלא חסרה לה עד כה.

כיום היא חיה בבריסל, מגדלת את בתה היפה תאי (11 וחצי), ילדה מחוננת, שונה מאוד, שלבד מלימודיה עסוקה בכתיבת "שירים של מבוגרים". צעד נוסף במעבר של יעל לחיי כרך היה לימודי נהיגה, שניראו לה תמיד חסרי חשיבות.

לאחר שדחתה הצעות רבות לככב שוב בסרטים, הן בארץ והן בחו"ל, החלה באחרונה לעבוד כמנהלת יחסי הציבור של חברת סרטים בלגית, המפיקה סרטי קולנוע, ווידאו וטלוויזיה. הפרויקט הראשון שלה הוא סרט דוקומנטרי על חייו של השחקן הצרפתי ז'אן מארה. בשל אישיותו הרב גונית וחייו המרתקים של הגיבור, יישא הסרט אופי עלילתי.

הפגישות עם מארה מוסיפות נופך נוסף לחייה החדשים. "מארה, עדיין צעיר בגיל 74 (ומופיע יום יום בהצגת היחיד שלו), פירסם באחרונה את מכתבי האהבה שכתב לו ז'אן קוקטו ואילו להקת ה'סמיתס' העלתה את מארה לכותרות הפופ, כאשר על עטיפת תקליטה החדש הדפיסה את תמונתו של השחקן הצרפתי הוותיק", סיפרה יעל בביקורה בארץ בשבוע שעבר. הפרויקט הבא שלה הוא סרט על ואן גוך, הפעם בלי חוויה של מפגש אישי.

●●● סימונה בר־שגיא
תריסולים על רגלי תרנגולת

אומרים שהכניסה רוח חדשה לת"א, באמצעות הבתים שהיא מתכננת: בלי תריסולים, עם הרבה לבן וזכוכית ואפילו חזיתות מעוגלות. "עד לפני 50 שנה בנו עם דימיון. אחר־כך היתה תקופת מעבר והדימיון נעלם. כבר 25 שנים שבונים פה ארבע קומות ויותר עם תריסולים, על רגלי תרנגולות", מצהירה סימונה, אשה עם חיוך גדול, שמנסה לתרגם את החום האנושי שלה לשפת הלבנים.

סימונה נולדה ברומניה והגיעה ארצה בילדותה. למדה בטכניון, נסעה להשתלמות באירופה, נשארה שלוש שנים וחזרה בידיעה ברורה, שאפשר גם אחרת. כך עיצבה דירות ובניינים ובתי־כנסת והשתתפה בתיכנונו של מלון דניאל בהרצליה. בין לבין נישאה בראשונה (לפרופ' לפיסיקה בר־שגיא), ילדה שתי בנות, נישאה בשנית (לעו"ד צבי בר).

"אני עובדת יחד עם הלקוח, מנסה להרגיש אותו, אבל לא תמיד הכל חלק. כבר קרה לי כמה פעמים שהייתי צריכה להפסיק עבודה על דירה באמצע, בגלל שהזוג החליט להתגרש. יש גם בעיה של שכנים שנבהלים מכל שינוי, אפילו זה לטובה. שני שכנים ראו שאני משפצת דירה של שכן שלישי ואחד אמר: 'אוי ואבוי, היא עוד עלולה לשתול לנו פה צמחים'.

"חוץ מזה עכשיו באופנה ללכת להתלונן בעיריה. פנסיונרים, שבשבילם זו תעסוקה, שמשתעממים מללכת עם הצנצנת לקופת־חולים, ניגשים להתלונן על השכן שעושה שיפוץ, גם אם השיפוץ לא מפריע. יום אחד שאלתי שכנה: 'למה לך להטריד את עצמך ואת העיריה בתלונות? לא עדיף שתדברי ישירות עם השכנה שלך?' היא הביטה עלי בתימהון: 'איך אני יכולה לדבר איתה, אם אני ברוגז איתה כבר עשר שנים?!'"

●●● רבקה נוימן
אנגינה שבאה מאהבה

במהלך צילומי סרטה של ציפי טרופה "ת"א־ברלין", שיוקרן בקרוב, חלתה השחקנית רבקה נוימן באנגינה וחומה עלה ל־41 (!) מעלות. האנגינה היתה תוצאה ישירה של סצינת התנשקות סוערת, שניהלה עם שמואליק וילוז'ני, אשר הופיע חולה

רבקה נוימן (עם יצחק חזקיה): התמונה נתלשת

לצילומים. וילוז'ני, טבעוני קיצוני, החלים במהירות והוריש לרבקה את האנגינה.

"כל־כך נחלשתי, שלא יכולתי אפילו להרים את הילדה הקטנה ששיחקה את בתי בסרט", מספרת רבקה נוימן. "אבל בסרט ישראלי דל־תקציב, אי־אפשר להפסיק צילומים בגלל אנגינות".

המשכו של אותו סיפור התרחש בשבוע שעבר. כהכנות מוקדמות לקראת הקרנת הסרט, ניתלו בבית הקולנוע תמונות מתוכו, חמושות בויטרינת זכוכית. רבקה, בחופשה מהצגת "רכוש נטוש" ב"קאמרי", עברה לתומה וגילתה לתדהמתה, שהזכוכית נופצה, הויטרינה נפרצה, ודיוקנה נחטף מתוך אותה תמונה המתעדת את הסצינה האירוטית חרת־הגורל. המעריץ האלמוני לא תלש את כל הגוף, והסתפק רק בפניה של רבקה.

ואלרי פרין: כלבים במקום ראשון

●●● ואלרי פרין
עיין ערך עבודה

ואלרי פרין מגלמת את דמותה של הגברת מורגט סטארקי בסרט "הנסיכה מבברלי הילס" המוקרן עתה בארץ. היא ידועה מתפקידיה כהאני, אשתו של לני ברוס ב"לני" של בוב פוסה (לצידו של דסטין הופמן), מ"סופרמן" ומ"בית מטבחיים 5".

ואלרי היפה נולדה בטקסס אבל גדלה ביפאן, לשם נשלח אביה, לויטננט־קולונל בצבא ארה"ב. את הקריירה שלה החלה כרקדנית. חמש שנים רקדה בלידו־רבינו בלאס־וגאס. חסרת כל ניסיון קודם, נתן לה הבימאי הותיק ג'ורג' רוי היל את התפקיד של מונטאנה ולדהאק ב"בית מטבחיים 5". שנה אחר־כך כיכבה ב"לני", היתה מועמדת לאוסקר וזכתה בפרס בפסטיבל קאן.

הילה דקה של מיסתורין אופפת את ואלרי פרין. הרומנים שלה חסויים והיא מציינת רק את סולם העדפותיה, שבו היא מציבה את הגורמים הבאים בדיוק בסדר הבא: כלבים (במפקד האחרון היו לה חמישה, מהם שני "גרייט דיין"), אחריהם משפחה, אחר־כך חברים, צמחים ועבודה. הדירוג הנמוך ביותר של הערך עבודה, לא הפריע לה בקריירה הקולנועית.

●●● פלה אוסליוס
ויקינג באילת

בתצוגת האופנה של גרשון ברם, שנערכה בהילטון ת"א, בלט בלונדי יפהפה, שבדי אמיתי וגם שזוף: פלה אוסליוס, 21, שהגיע לארץ בעיקבות אחיו, שבא בעיקבות השמש, ליתר דיוק כדי לנהל מועדוני שיט באילת.

פלה אוסליוס, ויקינג רומאי, הן במראהו והן בשם, הוא בנו של הסופר השבדי לנרד אוסליוס, הכותב סאטירות על אורח החיים בשבדיה. בשנות ה־50, החליף אביו את שמו הסטנדרטי אריקסון לשם רב המשמעות

פלה אסליוס עם דורית ולינק, בעקבות האח, בעקבות השמש

אוסליוס, שפירושו, יעיל, כחתרנות נגד הצביעות והבטלנות.

פלה, שעבד כדוגמן צלום בשבדיה, שירת 16 חודש בחיל הים השבדי, ולאחר השתחררו הגיע לאילת לבקר את אחיו הבכור אנדי, מנהל מועדוני שיט ודמות ידועה בעיר.

"ישראל מצאה חן בעיני, במיוחד הפתיחות של תושביה, החום הטבעי והאנושי, אפילו הקולניות, השונה כל־כך מהמוכר לנו בשבדיה", סיפר פלה בקבלת הפנים שנערכה לאחר התצוגה, אותה אירגנה הגיעה צנטנר כתרומה לאגודה למלחמה בטרשת נפוצה.

במשפחת שלו, הולך כנראה האחד אחר השני. בעקבותיו של פלה הגיע אחיו התאום, ולמרות שההורים רוצים שבניהם יחזרו לשבדיה, הם אוהבים את ישראל, ומצפים לאח הרביעי שבדרך".

עירית שלג ושלמה בר־אבא: המירשם פעל

●●● עירית שלג
לחיות ביחד ולחוד

הסרט "נישואים פיקטיביים", שצילומיו הסתיימו בימים אלה, מספר על אדם (שלמה בר־אבא), שנמאסה עליו השיגרה היומיומית. יום אחד הוא מספר לאשתו ולמשפחה שהוא נוסע לטיול באמריקה, אלא שאמריקה שלו היא מלון בארץ, שם הוא חי תחת זהות אחרת, ומנהל מערכת יחסים עם החדרנית. החדרנית רוצה רק נישואין פיקטיביים כדי להגיע לאמריקה, חלום חייה. את החדרנית מגלמת עירית שלג, שאינה מעוניינת בשלב זה באיזה שהוא סוג של נישואין.

עירית, 29, אם לבת, זנה, מהרומן שלה עם השחקן משה איבגי, חיה שנים אחדות עם מיכה שרפשטיין, המפיק של "נישואין פיקטיביים". זמן מה לאחר שהכירה, החליטו לעבור לגור יחד בצפון ת"א. עירית ומיכה, אנשים למודי ניסיון (מיכה גרוש ואב לבן, שנישואיו לגלי טומה), חשו בעוד מועד שהמגורים המשותפים מהווים סכנה לאהבתם. הם בחרו במירשם המומלץ של לחיות ביחד ולחוד. "עשינו רק הפרדת דירות ולא הפרדת כוחות", סיפרה במסיבה שנערכה עם סיום צילומי סרטם בפאב "המזרס" בת"א.

המירשם פעל. עירית ומיכה גרים בדירות נפרדות, והאהבה משגשגת כאילו נפגשו רק

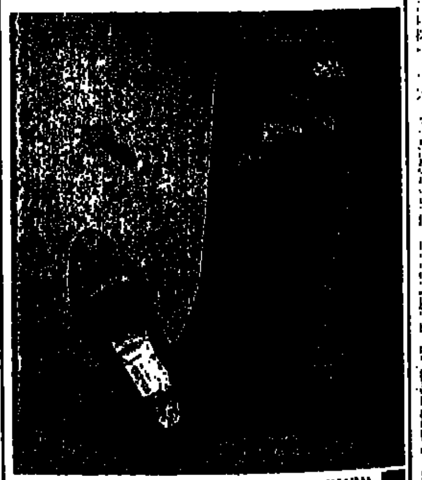
הפרט האחרון

נעליים, מגפיים וארנקים כבר למישחקי מירקמים של לטאות, יענים, אבזמים וקישוטי־מתכת ■ מוקסינים לנערת הקולג' וסוליות טרקטור לגרופי"ס של בוי ג'ורג' ■ להרפתקנית – חגורה מצויירת־ביד, למאחרות־הכרוניות – סיכות־שעון

■ נורית בת־יער

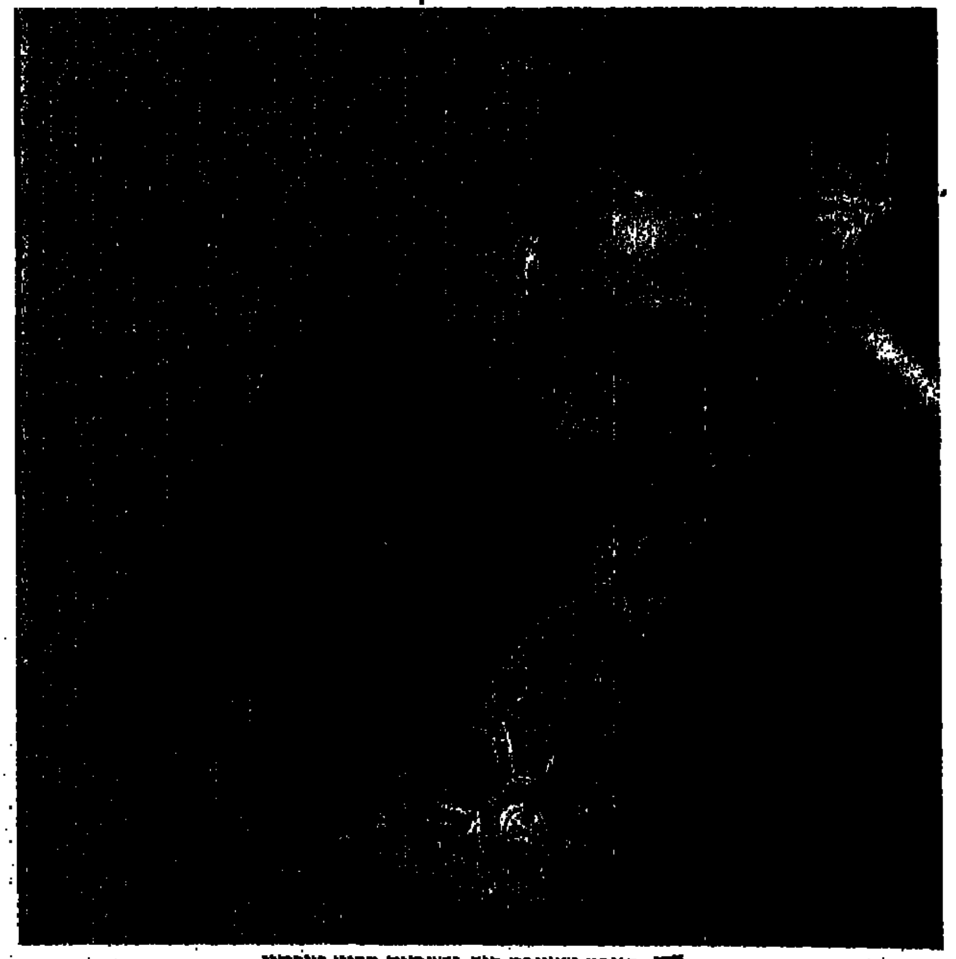
פס טורקיז בסוליית נעל לאק גבוהה שחורה, עם שרוכים. („קליגולה", צילום: אודי ארנסט)

גם הארנקים מהווים רקע למישחק של גדילים, פומפונים, קישוטים מתכתיים, ושילוב מירקמים („ויגורי"). בצד ארנקי סחרון גדולים, מעטפות, ותיקי־שק הנסגרים באמצעות שרוך מושחל -- מוצעים גם תיקים מלבניים דמויי ילקוט בית־ספר („סאן אוף א־ביטשי").



עיצוב גיאומטרי מופשט עם מרכיבים פולקלוריסטיים על מגף ונעל מזמש שחור. („גושקה", צילום: רוברט גרוס)

טורקיז ודבש במוקסין עם פומפונים. („מגוף")



חגורה מצויירת ביד, משובצת חרוזי טורקיז. (עיצוב: רזיה חדרי וברוני, ציור: משה הדרי, צילום: מנחם עוז)

ד"ר מרטינס אינו רופא אף־אוזן־גרון. ד"ר מרטינס זה נעליים. לפני כשנה היו הנעליים האלה הדבר הכי חם בלונדון. החורף הן מחממות גם את תל־אביב. נמכרות ב„בוי", הסניף התל־אביבי של חברת האופנה שבוי ג'ורג' שותף בה.

תזכורת: מדובר בנעלי עבודה אורתופדיות מגושמות המופקות באנגליה מאז שנות ה־30. הדגם הפופולארי ביותר מצוייד גם באביזר־בטיחות המיועד לפועלי עבודות מסוכנות: חרטום כיפת מתכת מתחת לשכבת העור. כיום הבפנוכו יוצא החוצה. מקלפים את העור מהחרטום וכיפת המתכת הופכת לקישוט חיצוני.

הבריטים, זכר ונקבה, נועלים אותן עם כל דבר מג'ינס ועד שמלות. נעליים עם קישוט מתכתי הן העניין בלונדון. גם נעלי חברת „בוי" עצמה מתהדרות במתכת. רק שעליהן מצאנו צלב מתכתי במקום כיפה. לעומת זאת, פרסה מתכתית מקשטת מגפי־רכיבה של „לאפאייט־באלאס" מרחוב המלך־ג'ורג'. ואילו על נעלי „שלי" מטפסים אבזמים.

אפרופו אנגליה. נעל השלושה־רבעים „דזרט בוט" (מגף מידברי), שהתחבבה על חיילי הצבא הבריטי ששרתו במדינות החסות של האימפריה הבריטית – מיוצרת עתה בארץ במיפעל „מגוף". הנעל־מצויידת במידרך אנטומי חדש וגמיש.

במה עוד צועד החורף? במוקסינים מגושמים אך מסוגננים נוסח נערת הקולג' מעוטרים במטבע, סרט אריג מפוספס, או פומפונים („מגוף"), וכן בדוגמת עור־קרוקודיל עם גדילים („טאטיאנה").

לטאות, נחשים, ג'יראפות, ויענים, אמיתיים או מתחזים, מתרפקים על כל דבר חשנה, מנעלי־בית („דפנה"), נעלי התעמלות („אליס"), ועד נעלי סירה ומגפיים הדורים („קליגולה", „פיט"). הפולקלור פורק עול ומופיע כשמר־כיביו, צורות אינדיאניות ססגוניות, מזמש, צפות בקומפוזיציה גיאומטרית מופשטת („גושקה").

החגורה הכי־הכי, אלסטית סטייל שנות ה־50, אבל עם אבזם של חגורת עור קרוקודילי („אר") או לאק. חגורה שהופכת בגד חלק ורגוע לסיפור חם – מצאנו אצל רזיה הדרי. על החגורה צוייר־יד של ציף־אינדיאנית נוסח משה הדרי וחרוזים בצבע טורקיז.

משהו אחר להתסיס בו את הבגד: סיכות־שעון של „לה קליפ". מעוצבות בשלל צבעים ודוגמאות. וניתן ללבשן בקבוצות, עם וללא שרשרת בשביל מי שמופנה להסתכן בכך שמישהו ירצה לקרוא את השעה ממש מקרוב.

דיאטה במחלוקת

בשנה החולפת התייסרו מיליונים בעולם וגם אצלנו בדיאטות המיקרו – שלושה שבועות, 330 קלוריות ליום. מזון מומס משקיות, לא אוכלים ולא לועסים ■ „דו"ח קומה", שהוזמן על ידי משרד הבריאות הבריטי חתם את עידן הרעב של המערב. „דיאטות אלה אסורות לשיווק. מותר לקיימן רק בבתי חולים, בפיקוח רפואי צמוד" ■ מומחי הוועדה מצאו, שגם עם 800 קלוריות ביום – נגיע לתוצאות דומות ■ „קיימברידג'" ו„נוטילי", שאת הדיאטות שלהן שיווקו בישראל, אימצו את מסקנות הוועדה ועידכנו את תכולת השקיות

■ **דבורה נמיר**

בשנתיים האחרונות, כבשה את העולם המערבי, במיוחד את אנגליה וארה"ב, שיטת הרזייה מהפכנית, שזכתה לכינוי „מיקרו-דיאטה" – בקיצור Vlcd: דיאטה דלה מאוד בקלוריות.

דיאטת-מיקרו זו היתה עד היום שנויה במחלוקת רפואית בעולם ובארץ. המשתמשים בה היו חייבים להתקיים במשך שלושה שבועות על צריכה יומית של 330 קלוריות בלבד, יחד עם 12 כוסות מים. זהו. לא לחוש טעם אוכל ולא ללעוס. רק נוזלים בטעמים שונים.

בשנה החולפת הגיעה הדיאטה הזו לישראל. „דיאטת קיימברידג'" ו„דיאטת נוטילי". שתיהן מאנגליה. עד כה ניסו אותן בארץ כ-100 אלף איש ואשה. באנגליה ניסו 2 מיליון.

דווח על הרזייה של 4-6 ק"ג בממוצע בשבוע הראשון, אולם זה קורה בכל דיאטה דלת-קלוריות. בהתחלה נפטרים יותר מנוזלים מאשר משומן. ניסויים בבתי חולים הראו, שאם מקפידים על צריכת מזון נוזלי זה (של שתי החברות), בתוספת חיונית והכרחית של 12 כוסות מים (חובה) – מובטח קצב ירידה נוסף של 2-3 ק"ג לכל שבוע נוסף.

על 330 קלוריות ליום. חלק גדול נשבר ביום השני או השלישי, ופרש מהמירוץ. ביום הרביעי מתחילים לחוש אופוריה ותחושת שובע. היו שסבלו סחרחורות, חולשה, כאבי-ראש, כאבי-בטן ותופעות אחרות, שהביאו אותם לפרישה מוקדמת מהדיאטה. אחרים התקשו לסגור את הפה, פישלו, לא ירדו במשקל ונשברו.

קשה לוותר על אוכל ולהסתפק בכמה כוסות מילקשייק או מרקים. במקורה תוכננה דיאטת-מיקרו זו (של שתי החברות) על אכיל תכולתן של שלוש שקיות, בנות 110 קלוריות כל אחת, הכוללות את כל אבות-המזון, ובמיוחד חלבון, ויטאמינים ועשרות מינרלים חיוניים. אפשר היה, כמובן, לדלל אותה כ-6 כוסות מים ולשתות יותר פעמים. אבל זה היה קשה. צריך היה לוותר לא רק על אוכל, אלא גם על חיי חברה ואירוח.

אולם, יחד עם ההצלחות הראשונות בארץ, וההבטחות של משווקי דיאטות קיימברידג' ונוטילי, שדיאטת 330 הקלוריות ליום בטוחה ומתאימה לכל אחד – היו גם רופאים ופרופסורים לתזונה, שחשבו אחרת. גם באנגליה וגם בישראל. הציבור נותר מבולבל.

הדיאטניות לא ששו מהמתחרה שקם להן. לגביהן, היה בצריכת דיאטות-מיקרו אלה, המשווקות על ידי „יועצות", איום על פרנסתן.

לפני כשנה, אישר משרד הבריאות לייבא ולשווק אבקות-מזון אלה, בסימון „תוספת מזון" בלבד, בלי המלצה שהן מיועדות לדיאטות הרזייה. אבל, קיימברידג' ונוטילי הסתערו על קיבתם של הישראלים.

למעשה אין כמעט הבדל בין הפורמולה של אבקות המילקשייק והמרקים להמטה של שתי החברות-המתחרות. יש הבדל בכמות החלבון החיונית, ובעיקר בטעם המוצר המוגמר.

את אבקות דיאטת קיימברידג' מייבאים מאנגליה. המינון היומי הוא כאמור 330 קלוריות, 32 גרם חלבון ליום. המרקים הם בטעם מעולה, במיוחד אם מוסיפים להם תבלינים. גם את המילקשייקים אפשר לשתות בהנאה, חם או קר.

את אבקות נוטילי מייצרים בחיפה, על פי הסכם ידע עם חברת-האם „יוני-וויט" באנגליה. כל מנה יומית מכילה 42 גרם חלבון. נראה, שתוספת החלבון פגמה בטעם המרקים במיוחד.

בכנס האחרון של מומחים לתזונה, שנערך בפקולטה לחקלאות ברחובות, התריעו מומחים מהאוניברסיטה העברית בירושלים, שכמות החלבון היומית איננה מספקת, ועם פירוק מאגרי השומנים בעת ההרזייה יתפרקו גם חלבונים מהריקמה השרירית.

„דיאטה כזו מסוכנת לבריאות", התריע פרופ' בארי, מהאוניברסיטה העברית. גם פרופ' הלל בלונדהיים, מביה"ח „הדסה" בירושלים שלל את השיטה, בכנס מדעי אחר. הוא טען, בין השאר, שהבעיה הגדולה איננה לרדת במשקל. מי שאוכל פחות מאשר גופו צורך – יורד במשקל. הבעייה היא לשמור על המשקל ולשנות את הרגלי התזונה. כך קבעה גם ועדת-המומחים של ממשלת אנגליה בדו"ח שלה.

פרופ' בלונדהיים דוגל בדיאטה מתונה, המתאימה לגובה, משקל ופעילות גופנית. יורדים לאט אבל בטוח, בלי סבל. פרופ' בלונדהיים שלל לחלוטין דיאטה של 330 קלוריות ליום. „יורדים בדיאטה נכונה של 1000 קלוריות בדיוק כמו עם 300. בשביל מה לסבול?"

לאור הדו"ח של ממשלת אנגליה, מסכימים המומחים שהירידה העקבית במשקל נפסקת בתום 13-14 ימים של כל דיאטה. ולא משנה אם זו דיאטת-מיקרו, או ארוחות של 800 קלוריות. דורכים במקום לפחות 7-10 ימים. זה תלוי בקצב חילוף החומרים של כל אחד. וזו נקודת השבירה והייאוש, אם לא יודעים מה קורה בגוף.

אם ממשיכים לשמור על דיאטה דלת-קלוריות, מתחילה הירידה הגדולה ותהליך פירוק מאגרי-השומנים והפיכתם לאנרגיה (במקום אנרגיה מאוכל וגלילה) וזה קורה גם בדיאטה של 600-800 קלוריות, המכילה את כל אבות המזון, הוויטאמינים והמינרלים.

אמרו הדיאטניות: „שמן נשאר שמן אם לא מלמדים אותו לאכול נכון. זה אדם שיש לו עיניים גדולות ותאווה בלתי נשלטת לאכול. רק דיאטנית מוסמכת יכולה לסייע לו, ולא יועצת". משווקי דיאטת-המיקרו לא היו מאושרים עם הקני"ה.

בחודשים האחרונים, המתינו כולם לדו"ח ועדת-מומחים, המכונה „ועדת-קומה", שמינתה ממשלת אנגליה ומשרד הבריאות שלה. הדו"ח הוא פרי מחקר בן שנתיים, על השימוש והבטיחות של דיאטות-מיקרו, בימים אלה פורסם. בידינו החוברת המקורית, מה-19 בדצמבר. זהו הדו"ח שיצרני ומשווקי דיאטות-מיקרו לא רצו כל כך בפרסומו.

יו"ר הוועדה, היה פרופ' ה. קיין ולצידו פרופסורים לרפואה, חוקרים ומומחים בעלי שם בתזונה באנגליה. הופיעו בפניהם 12 מומחים, תזונאים, חוקרים ורופאים של קיימברידג', שהביאו מנסיונם בטיפול הרזייה בשיטה זו, וכן ארבעה מומחים של חברת „יוני-וויט ניוטרישן" ויצרני חברות קטנות אחרות. כולם הציגו מחקרים רפואיים, עבודות ונסיון בהרזייה קלינית של 2 מיליון איש באנגליה, ב-3 השנים האחרונות.

כהיותנו בלונדון בחודש שעבר, אמרו לנו שעל הוועדה הופעלו לחצים שלא לפרסם את הדו"ח. הוועדה העבירה את ההמלצות ליצרנים, ששיתפו פעולה, ואלה הסכימו לאמץ את ההמלצות, למרות שהן קשות לגבי השימוש בדיאטות בנות פחות מ-400 קלוריות ליום, לאדם. הם התחייבו לשנות את הרכב אבקות-המזון, ולהתאים את השיווק להמלצות הוועדה.

„אנו רוצים בשיתוף פעולה מצד הקהילייה הרפואית בעולם, ולא נלך נגדה, למרות שאנו משוכנעים שדיאטת-מיקרו המקורית של 330 קלוריות ליום היא בטוחה, וגם 32 גרם חלבון ליום היא כמות מספיקה. אבל, נעשה שינויים", אמרו לי אנשי קיימברידג' בלונדון.

המהפך מתקרב גם לארץ. חשוב שציבור בעלי עודף המשקל, שנשברו בשיטת ההרזייה הקודמת, יידע שבעת יהיה קל יותר לרזות וגם יותר בטוח. מעתה אפשר להשתמש ב-2 שקיות של קיימברידג' או נוטילי, ובמקום שקית משקה שלישית, מותר ליהנות מארוחה קלה (ירקות וחלבונים בערך של 200-300 קלוריות ליום). זו אחת מהמלצות המומחים. מסתבר, שגם עם 600 קלוריות יורדים במשקל.

להלן עיקרי השינויים, המבוססים על המלצת ועדת-המומחים מאנגליה, שתואמת יותר את דעות הרופאים ובעלי-המקצוע בישראל, ומתקרבת יותר לדעותיהן של הדיאטניות.

■ לא עוד דיאטה בת 330 קלוריות ליום, לגבר ולאשה, בכל גיל ובכל משקל. המומחים קובעים, שצריכת האנרגיה שונה אצל גברים ונשים.

■ אשה במשטר דיאטת-מיקרו חייבת לקבל מינימום של 450 קלוריות ליום, הצריכה המומלצת לגבר (ולכל אשה שגובהה מעל 173 סנטימטרים) היא מינימום של 600 קלוריות. לגברים זה מינון כפול, ותוספת של 50 אחוז בקלוריות לנשים, לעומת מה שהיה נהוג עד כה.

■ אספקת החלבון בדיאטת-מיקרו חייבת להיות כ-10 אחוז מסך כל הקלוריות. אשה צריכה 45 גרם חלבון ליום וגבר 60 גרם. שינוי חיוני, שיבטיח שאחרי הירידה הראשונה לא יתחיל פירוק שרירים.

■ אסור להשתמש במיקרו-דיאטה כזו יותר מ-3 שבועות ברציפות. חובה לעשות הפסקה של שבועיים ולאחר מכן לנסות סיבוב שני.

שתי החברות בארץ, המשווקת בארץ את דיאטת קיימברידג' ונוטילי, הורדו להוציא דפי הסבר והוראות חדשות למאות היועצות שלהן, לחינוך-מחדש של ציבור המשתמשים.

ומה קורה בינתיים בשטח?

יועצי קיימברידג' בארץ עדיין משווקים שקיות בערך של 110 קלוריות לשקית מרק או מילקשייק. במקום 3 שקיות צריך לצרוך לפחות ארבע. חובה לצרוך כוס חלב-רזה (1 אחוז שומן) ליום, בשתייה או כמהילה עם מים, בהכנת המזון הנוזלי, להשלמת כמות החלבון היומית המומלצת.

רצוי להוסיף פרי אחד או ירקות, בערך של 70 קלוריות ליום, עד שיגיע מאנגליה משלוח חדש של שקיות-מזון מיקרו, שהרכבו יהיה שונה. הוא יכיל יותר חלבון, וערכו התזונתי יהיה 150 קלוריות לשקית. אגב, בקיימברידג' ממליצים לעבור בתקופה הדיאטה לשתיית קפה נטול-קפאין, מאנגליה דיווחו שזה מסייע להרזיה.

ל„בית כרמליה" בחיפה, המייצר בארץ את אבקות נוטילי, על פי הסכם ידע עם החברה באנגליה, היה קל יותר להתארגן, עם קבלת המלצות ועדת-המומחים. תוך שבועיים הופיעו בשוק אבקות המכונות „נוטילי מוזהב", מזון-מועשר ומרוכז יותר (210 קלוריות). שימוש בשתי שקיות מועשרות כאלה, יחד עם שקית נוטילי רגילה (110 קלוריות), בתוספת כוס חלב – מאפשרים משחק דיאטטי נוח, בשילובים של 450-600 קלוריות ליום. חשוב לגברים במיוחד.

בבית נוטילי בחיפה מכירים בעובדה, שלמרקים שלהם אין טעם טוב. בעזרת מרען תזונה חיפני מכיה, פיתחו מוצר חדש, שכמותו אין באנגליה או בארה"ב: מוס פורינג-רפרפת, ב-4 טעמים, בערך של 150 קלוריות למנה. טעמנו. משהו טעים, ללא סוכר, המכיל מספיק חלבון יחד עם כל הוויטאמינים והמינרלים. מומלץ לא רק לשומרי-משקל, אלא לילדים ולחובבי מתיקה, כתוספת מזון.

„במקום להילחם במתחרים שלנו שהם טובים יותר במרקים, בחרנו להיות חלוצים בתחום שאיש לא יוכל להתחרות בנו", אמרו בנוטילי בגאווה. מסתבר, שעם שלוש קערות ליום של מוס שוקולד, קרם-קרמל ופורינג-בננה – אפשר לרזות בקלות בדיאטת-מיקרו טעימה, מבלי לסבול רעב. המתיקות, היא הפיצוי על עוגות ושוקולד.

גם שיטות השיווק זכו לביקורת והערות מצד חברי ועדת-המומחים באנגליה. שם ראו בצבא היועצות, גורם לא-רפואי שמטרתו לעשות כסף ממכירת תחליפי שקיות אבקות המזון.

שתי חברות-השיווק הישראליות כבר פתחו מרכזי-מידע וייעוץ רפואיים בכל הארץ. בין מאות היועצים, אליהם אפשר לפנות ומהם ניתן לרכוש את המזון, יש גם עשרות רופאים, אחיות, דיאטניות. שלד השיווק הן היועצות, שעברו הכשרה.

ועדת-המומחים קבעה עוד, שדיאטת-מיקרו זו מתאימה אך ורק לאנשים בריאים, שסובלים מעודף משקל, שניסו כל דיאטה תזונתית אחרת ונכשלו. יש להתייעץ עם רופא לפני שמתחילים בה. היא אסורה על ילדים ובני נוער בגיל ההתבגרות. חולים (לב, לחץ-דם) חייבים בדיאטה בפיקוח רפואי.

הוועדה באנגליה הוסיפה, שלאנשים המכורים לאלכוהול, ולדפרסיביים הנוטים לזלול, אסור לעבור דיאטת-מיקרו ללא פיקוח.

דיאטת 330-400 קלוריות ליום בלבד, כמו שהיה נהוג עד כה, קבעה הוועדה, מותרת אך ורק במסגרת טיפול בבתי-חולים, בפיקוח רפואי צמוד – ולא תשווק ע"י יועצים, בשיווק חופשי.

הוועדה קבעה עוד משהו, שכולנו יודעים: לא קונץ לרעוב, במעט-לצום ולרדת במשקל. הבעייה היתה ונותרה, איך לשמור על המשקל שהושג. מומלץ, לא רק למכור מוצרי-דיאטה, אלא לספק למרזים הוראות להרגלי-תזונה נכונים.

משווקי קיימברידג' ונוטילי בארץ הכינו תפריטים בני 800-1000 קלוריות ליום, המאפשרים אכילה סבירה, מאוזנת, תוך שמירת משקל, ואפילו המשך הרזייה איטית וקבועה. כמובן, אחרי שנפטרים לפחות מ-10 הקילוגרמים הראשונים המיותרים, במתווה הרזייה אחר.

יום כן, יום לא

קיימות אפשרויות רבות להתאים את התוכנית לסיגנון החיים. אם רוצים להיפטר רק מ-4 קילוגרמים, אפשר להיות בדיאטת-מיקרו מיום ראשון עד יום שישי, ובסוף השבוע, לאכול כרגיל. עם כל מאכלי חשבת.

זו המלצת בית נוטילי, ככתוב בספר חדש על דיאטת-מיקרו, שפירסמו (בעברית) בימים אלה. הם מציעים להשתמש בדיאטת-המיקרו שלהם על בסיס של „יום כן ויום לא". יום זוללים 1,200 קלוריות, וביום השני רק 450. כך מושגים איזון והרזיה.

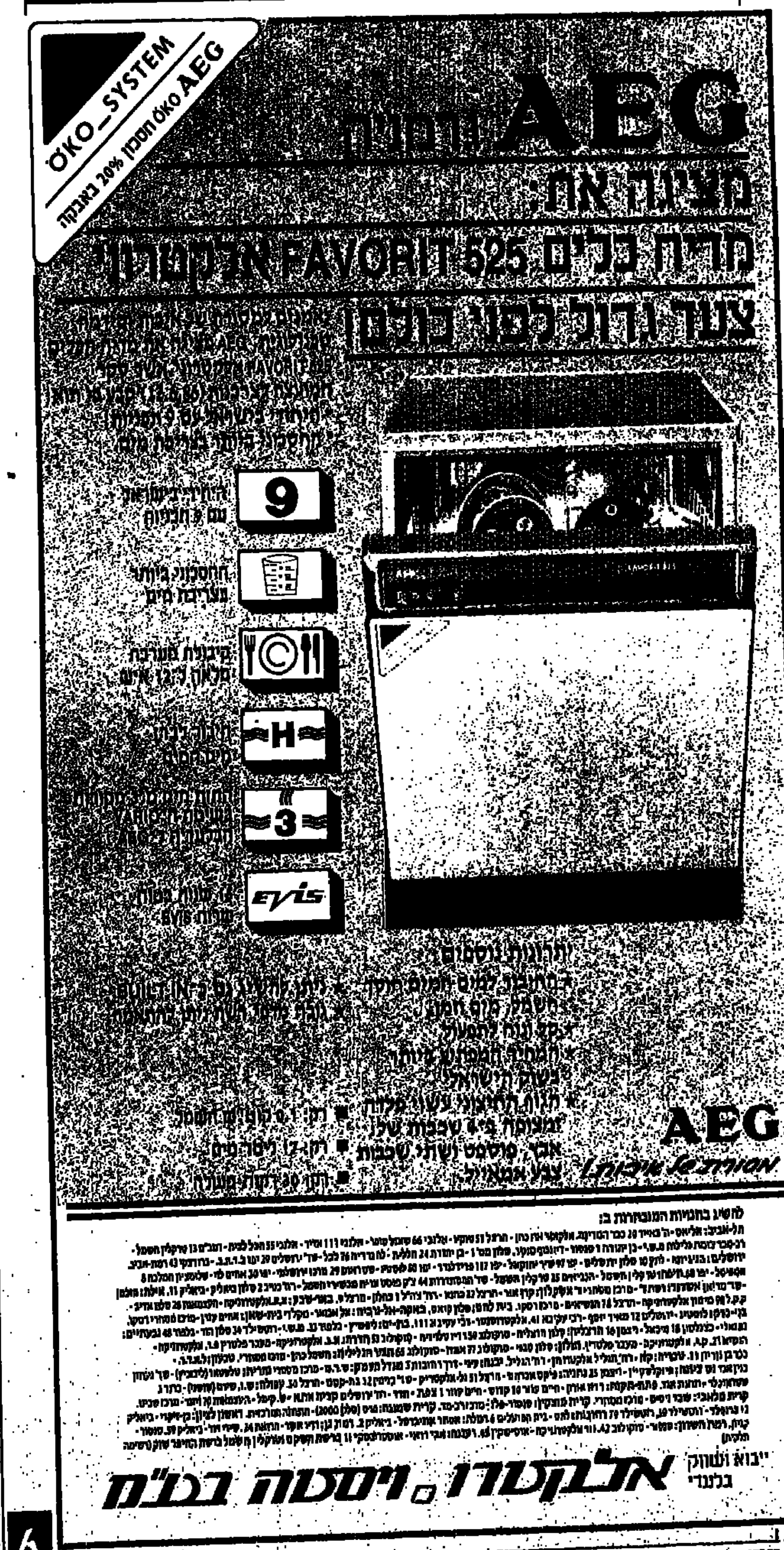
מדעני דיאטת קיימברידג' אינם סומכים את ידם על השיטה וטוענים: מי שרוצה לרדת רק כמה קילוגרמים במשקל, עדיף שישתמש בדיאטה שלנו 10 ימים (במקום שלושה שבועות במשטר הרזייה לבעלי עודפי משקל גדולים) – יירד, ויחזור לאכילה מאוזנת והדרגתית, בלי זלילות והרזיה בשיטת היו-יו.

טענת חוקרי קיימברידג' היא, שמערכת חילוף החומרים של הגוף איננה סובלת מצב כזה ומגיבה בשלילה. במקום לרדת, עולים במשקל.

איור: יואל גילינסקי

משרד הבריאות אישר לייבא ולשווק אבקות-מזון בסימון „תוספת מזון" בלבד. אבל, „קיימברידג'" ו„נוטילי" הסתערו על קיבתם של הישראלים

פרופ' בלונדהיים, משוללי דיאטות ה-330 קלוריות ביום: „יורדים בדיאטה נכונה של 1000 קלוריות בדיוק כמו עם 300. בשביל מה לסבול?"



יהודית אוריין

כמה נשים, כמה דתיים?

ציצזלונה ונחש. עיין מסכת שבת, פרק „שרצים"

הנציגים הליברליים בעיריית תל־אביב שוב הקינו את הנשים. בגוף הבוחר את הרב הראשי ישותפו גם גברים גלויי ראש. אבל אשה, ואפילו שביס מכסה את שורשי שיערה, לא תורשה לשבת במחיצתם. הפעם עשו שם פרנסי העיר חישוב מוטעה. יש בתל־אביב יותר נשים מאשר דתיים, רק שהן עצמן עוד לא יודעות את זה.

קרנף יונסקו

בהשוואה לגילויי השמרנות במדינות תרבות אחרות, המצב אצלנו אינו מביש. מרגריט יורסנר הצרפתיה הלכה החודש לעולמה. סופרת קשישה, צנופת שיער אפור, שהחלה לכתוב רק לאחר שעברה את העשור החמישי לחייה.

סופרת מעולה זו היא האשה שחדרה אל מעוזן בני האלמוות. היא האשה היחידה, שהתקבלה לאקדמיה הצרפתית. מירי פז מספרת, כי גדול אוייביה של גברת הספרות הצרפתית, מי שמיאן בעיקשות לקבל אותה לאקדמיה, היה החזיר או הקרנף השוביניסטי איז'ן יונסקו. ולחשוב, שבשנות ה־60 היו הקרנפים שלו בבחינת אוונגארד חרשני.

סופרת מרגריט יורסנר. חזיר שוביניסטי

בימים אלה, עומדת זמורה־ביתן להוציא את ספרה המפורסם ביותר של יורסנר „זכרונות אדריאנוס". לפני שנים אחרות הוציאה הוצאה מערכות זו את שתי הנובלות היפות שלה „מכת חסד" ו„אלכסיס". ההתעלמות של הביקורת היתה טוטלית. מי מכיר, מי יודע. לסינמטקים שלנו הגיעה הנובלה של יורסנר כסרט צרפתי־גרמני בשם „יריה של חסד". את התסריט כתבה הבימאית־שחקנית הגרמניה מרגריטה פון־טרוטה, שאף משחקת בו את התפקיד הראשי. כל־כך הרבה נשים וסרט כל־כך גברי. לרגל מותה של הסופרת, כדאי להוציא את הסרט שנית לקהל הרחב.

לוז אפוי ומסוכר

בעוד נוצותיו של המשורר חיים באר מתפזרות באולם הקאמרי כפתותי שלג תחת שרביטו של המוכשר שמואל הספרי (שניהם חבושי כיפות), ממשיך חיים'לה רבלבסקי משכונת גאולה בירושלים להכות שוב. „עת הזמיר", מאפה עשיר בצימוקים ושקדים, יצא בימים אלה בהוצאת עם־עובד. בחרתי לח אפוי ומסוכר:

כך מספר חסיד של ברצלב על „הזקן", הלא הוא היצר הרע – *„והזקן דיבר על לבי שסכנה היא לנסוע למירון לראש־השנה. אמרתי לו, אם לא תפריע לי ותרשה לי לנסוע עד חיפה, אקנה לך מטמו. באנו לחיפה, קניתי לו מטמו ואמרתי לו, אם תרשה לי לנסוע למירון אקנה לך סנדוויץ', אמר לי, בשום אופן לא, דיברתי על ליבו שאאכיל אותו סעודת רשות, ונעתר לי. באנו למירון אמרתי לו, הזקן, עכשיו אריד לטבול במיקוה, אמר הזקן, המים קרים, ואתה מזיע, שמא יפקע לך עורך, אמרתי לו, אם תניח לי לטבול, אתן לך צ'וקולדה. והזקן נבעט. כשיצאתי מן המים הושיט לי יד, כבבנו, ותבע את שלו, אמרתי לו, צ'וקולדה אתה רוצה, סייג תקבל".*

כחטטנית התרה אחר גסויות במקורות (כשלימדו עמוס, אני עיינתי בשיר השירים מתחת לשולחן) מצאתי לי את חיים באר כמוצאת שלל רב. אף הוא מן המתמוגגים מאותם תשמישים המצויים בתורה שבעל־פה ותורה שבכתב. המציצנות, הפישפוש אחר דברים שהשתיקה יפה להם, החיפוש אחר סטיות קדמונים, באים מסתמא להראות, כי כל שיהיה כבר היה, ושמא אנו מחפשים היתרים לבני זמננו. כי אבותינו, לפני שהרבנים ירדו לחייהם, היו בעלי יצר בריאים. וכל הגדול מחברו, יצרו גדול ממנו.

מילודמין עברי. מהדורת כיס:

„מכחול בשפופרת" – אקט מיני;

„דש בפנים וזורה מבחוץ" – מישגל נסוג;

„נשים מסוללות זו בזו" – לסביות.

„כדרכה ושלא כדרכה – (לפי רש"י, שצרפתי היה) מין גניטאלי ומין אנאלי.

„כל מה שאדם רוצה לעשות באשתו יעשה, משל לדבר הבא מן הצייד, רצה אוכלו צלי, רצה אוכלו מבושל, רצה – שלוק". לפי „חדוות־המין" – הכל הולך.

חיטט באר ומצא כי הגמרא, (מסכת שבת, פרק „שרצים"), מספרת על אשה אחת שראתה נחש ולא היתה בטוחה אם הוא מתאווה לחיקה. מה עשתה? – כל המבקש תשובה יעיין נא ב„עת הזמיר", 275 למטה.

ביאליק ורבניצקי נקיי־הדעת העלימו מאיתנו, ולא הכלילו אגדות אלה בספרם לילדי־ישראל.

בלי מתחרים

איני יודעת אם היה שחקן גדול. אם היה שחקן של דמות אחת. אבל עד שכל הדור שראה את מרגלית בשווייק באוהל, לא ייתם מן הארץ, לא יוכל איש להציג אותו. גם אורי זוהר שלי־שא, הוכהו שיניו, כשניסה ללבוש את מדיו של החייל הצ'כי סמוק החוטם. כולם נכשלים שלא באשמתם. האקצנט, הלחן, החיתוך, מתנגנים עדיין באוזנינו. רק פרנסי תרבות קצרי־ראיה לא הנציחו את מרגלית בצלולויד. וגם הטלוויזיה שלנו, המנציחה כל מישחק כדורגל טריוויאלי, קצרה בכסף ואינה טורחת לצלם הצגות תיאטרון כדי להקרינן בפני צופי הטלוויזיה. יותר חשוב מהרבה אקספרימנטים דרמטיים קיקיוניים, שנמצא להם מימון. מי יבנה ספרית וידאו לתיאטרון הישראלי בתל־אביב?

בעיבוד של רמי רוזן ובבימויו של אהרון אלמוג, בנוה־צדק בתל־אביב, אבדו כמה פנינים, שהזיכרון האודיאלי שלי מסרב לטשטש. מרגלית היה אומר: „הרגו לנו את הפרדינגר, הרגו לנו" – זאת כריוק המוסיקה שלו.

„בחורות יפות יש באנגליה, בחורות יפות יש בטורקיה, בחורות יפות יש באיטליה, ואני הולך לבית כיסא".

לאן נעלם כל זה? היה או לא היה במקור הצ'כי של ירוסלב האשק?

למי איכפת נאמנות, העיקר היופי. גם לגבי נשים.

פעם, כשהיינו יהודים

כשראיתי את הסרט האנגלי האימפריאליסטי, המלא רגשות־אשם „גנדי", טענתי שהצנזורה חייבת להתערב. יש לאסור את הקרנת „גנדי" לקהל הערבי. הסרט גדוש הסתה פרועה למרי אזרחי בלתי־אלים. התנחמתי אז, שלערבים בשטחים ממילא אין אולמות קולנוע במסך רחב. חששתי, כי אם ילמדו מן ההודים, הם עלולים לשבור את רוחנו וכוחנו. איני מתכוונת להביא דוגמאות, כמו, למשל, שכל הזקנות והזקנים יישכבו על הכביש, בלי לידות אף אבן אחת. אינני רוצה להכניס לבני המיעוטים עוד רעיונות בראש.

פעם, כשהיינו יהודים, היתה הבדיחה מספרת על השוטר היהודי שתפס את מוישה עוכר עבירה ורצה לעצור אותו. ניסה מוישה לשכנע אותו שיסלח לו. כשאמר לו: יש לי אשה וילדים בבית, נסוג השוטר בבעתה: טוב, אם אתה מתחיל בטרור...

בדיחה חבוטה, מהזמים שהיהודים עוד פחדו מטרור כזה. סתם נעים להיזכר.

גנדי. נעים להיזכר

לא בני אדם

במבט של ערב שבת סיפר איש קונגרס יהודי־אמריקני, שבשעת החרשות בטלוויזיה האמריקנית, נוהג האבא היהודי לכסות את עיני בנו. „כי אבא יהודי לא רוצה שבנו הירוד יראה מה שאחיו היהודים עושים לחלשים במדינתם". זוהי שחיטת קומה של הגלותי, ועוד אחרי מה שאמריקה עשתה לנו בעצרת האו"ם. הרבה יצטרכו האמריקאים הצבועים להתחנף ולהתחלקק לנו, עד שנסכים לקבל את הסיוע שלהם. הם לא בני־אדם. אחרי כל מה שעשינו למענם. אחרי שהסכמנו שיאסרו גם את משפחת פולארד.

טיעון לא חוקי

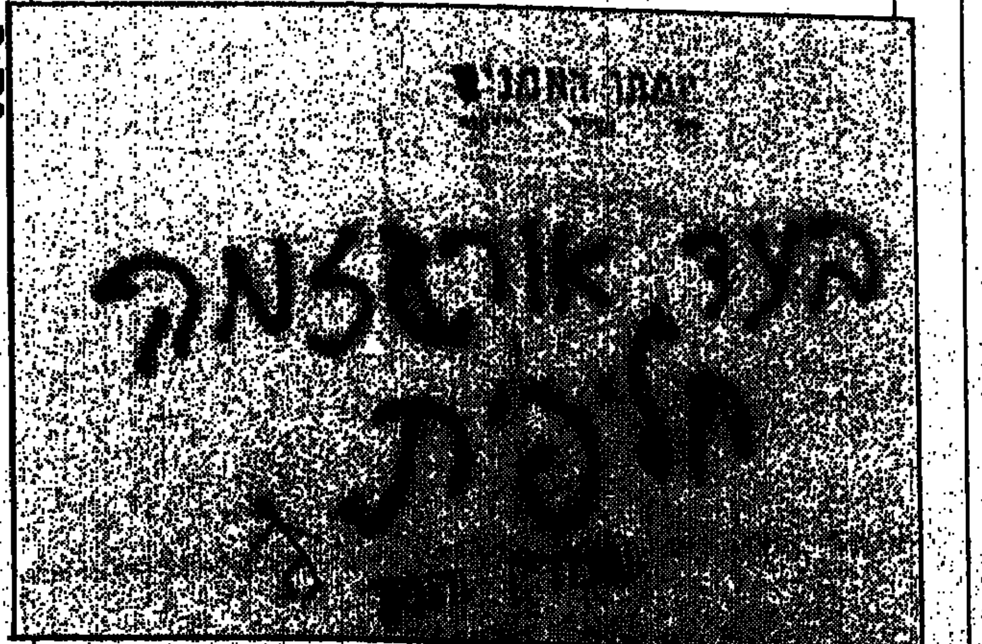
לצערי, השכלתי המשפטית אינה מספקת לצאת ממבוך הסתירות.

בראיון שנתן פרס לטלוויזיה האמריקנית, אמר סגן ראש הממשלה חיוור ומגמגם, כי גירוש מסיתים מן הגדה הוא חוקי על פי החוק הירדני, שהוא עדיין שריר שם.

למחרת הסביר ראש הממשלה שמיר בפני קהל מקומי, שגירוש המחבלים בוצע באופן חוקי על פי החוק הישראלי.

כדי לפזר את הערפל הסבירה שולמית אלוני, אשת מישפט מפוכחת והגיונית, כי המעצר והגירוש אפשריים לפי תקנות חירום מימי המנדט, אלא שבמקורם נקבעו חוקים בלתי־אנושיים אלו נגד לוחמי־חרות פלשתינאים־יהודיים.

משפטן ימני אחד גילה לאלוני, שכל הטיעון בדבר אמנת ז'נבה לא תופס. כאשר התתימה ועדה בינלאומית על האמנה בדבר זכויות חולים ופצועים ושבויים, ישראל שלא היתה קיימת, ממילא לא חתמה. אז די עם הטיעון הבלתי חוקי הזה נגד הממשלה.



כן, אבל אולא פוגשים אנשים

שושלת בטהיטי

איך גדל בנו של מושל טהיטי כילד ישראלי במישפחה אומנת? ■ סיפור שהתחיל בפאריז לפני 19 שנה, ונמשך בגן־יבנה ובאשדוד ■ שמואל בן דה־למוט נסע להכיר את משפחתו באוקיינוס השקט. בשדה התעופה הניחו כתר על ראשו ■ „החלטתי לחזור לארץ שבה חונכתי ולהתגייס. אחרי הצבא, הכל פתוח"

■ אלי חליפה
צילומים: ערן גרנות

לפני עשר שנים קיבלה משפחת קרובי מגן־יבנה ילד בן 8, ביישן וחסר־בטחון, כדי לשמש לו משפחה אומנת. לילד קראו שמואל. תווי פניו שנראו כמזרח־אסיאנים, סיפרו על מוצאו השונה. המשפחה אימצה אותו, למרות שלא ידעו מנין בא. תמיד היו סקרנים לדעת מה הסיפור שמסתתר מאחוריו.

רק כעבור עשר שנים, נתגלה הסוד. שמואל הוא בנו של מושל טהיטי. לא מזמן חזר מביקור ראשון אצל מישפחתו. כשהגיע לשם, ערכו לו קבלת־פנים ממלכתית. מיד עם רדתו מהמטוס הונח על ראשו כתר, כדי שכל תושבי האי יידעו שהנער הוא בעל ייחוס.

איך מתגלגל בנו של מושל האי הטרופי באוקינוס השקט לישראל?

הסיפור מתחיל בפאריז לפני 19 שנה, כשיצאה צרפתיה יהודיה צעירה לנופש באי הקטן טהיטי (היום בחסות צרפתית). כמו תיירות אחרות, היא מבלה על החוף ופוגשת בחור מקומי. מתפתח רומן סוער. כעבור זמן לא רב השניים נפרדים. היא חוזרת לפאריז עם תינוק. הבחור חוזר לבית אביו, מושל האי.

החיים בצרפת לא קלים לצעירה היהודיה המטופלת בילד. המשפחה האמידה והמכובדת בקהילה, לא אוהבת את הרעיון של התינוק הלא־חוקי שהיא עתידה להביא לעולם. היא הופכת נושא רכילות קבוע. קשה לה. לבסוף היא מחליטה לעלות לישראל ולפתוח בארץ דף חדש.

היא נשלחת עם הבן הקטן למרכז־הקליטה באשדוד. אבל גם כאן חייה, – שמאז עזבה את טהיטי עברו מהפך קשה, – אינם קלים. היא לא נקלטת בארץ, לא מסוגלת לתפקד היטב כאם לילד. מחלקת הרווחה באשדוד מחליטה לקחת ממנה את בנה. המילחמה עליו לא עוזרת. מבקשים ממשפחת קרובי בגן־יבנה, משפחה אומנת עם ניסיון רב, שאימצה עד כה 30 ילדים – לעזור במיקרה העדין.

אילן, אבי המשפחה: „במשרדי הרווחה רצו לפנות לבית־המישפט ולהוציא את הילד מחזקת אימו, בעזרת צו. אני לא רציתי שזה ייגמר כך. כיוון שאני דובר צרפתית, באתי אליה ודיברתי על ליבה. הבטחתי לה שאהיה איתה בקשר בכל הנוגע לבנה. הסכמתי גם, שעל כל דבר שקשור בו, היא תוכל לחתום ורק באישורה יבוצעו דברים שונים הקשורים בחינוכו. היא חששה שמא ישלחו אותו אחר־כך לעוד משפחות אומנות".

„המישפחה שם פרוטסטנטית. אין להם כל קשר או ידע על היהדות. על ישראל שמעו מידיעות של כתבים צרפתיים. ידיעות מעוותות ואנטישמיות"

שמואל עבר לגן־יבנה. בבית קרובי המשיכו לדבר איתו צרפתית, כדי שיידע שפה נוספת. שמואל נקלט מהר ויפה בחברה החדשה שלו.

אילן: „יש לנו שני בנים ביולוגים. לשמואל הם נקשרו יותר מלכל ילד אחר שהיה אצלנו. הוא היה ממש כמו אחד מילדינו".

את בית־הספר היסודי סיים שמואל בגן־יבנה, בתקופת התיכון עבר ללמוד באשדוד. שמואל: „הייתי יו"ר מועצת התלמידים. הקמנו גם מועצת נוער עירונית. רצינו לשלב בין בתי־הספר התיכוניים מהאזורים הפחות טובים. המטרה שלי היתה להילחם נגד עבריינות נוער. בתנועת הנוער הייתי מנהיג ופעיל.

מישפחת קרובי היתה סקרנית לדעת מנין הגיע שמואל. אילן: „בתחילה ידענו שהוא צרפתי. אחר־כך אימו סיפרה לנו שהוא נולד בטהיטי. יותר פרטים לא ידענו. הסתכלנו במפה כדי לראות איפה בכלל המקום הזה".

לפני שנתיים עלה בלהבות ביתה של אימו באשדוד. אילן הוזעק למקום. „הדירה היתה חרוכה. הרבה דברים זרוקים על הריצפה. בלאגן. אימו של שמואל ניצלה בנס. הסתובבתי בדירה בהרגשה לא קלה. פיתאום ראיתי דרכון מונח על־יד אחד הקירות. פתחתי אותו ומצאתי תמונה שמסתתרת בתוכו. מאחורי התמונה היתה רשומה כתובת. לאחר מכן אמרה האם כי זה אביו של שמואל והכתובת היא של ביתו בטהיטי".

מישפחת קרובי החליטה לשלוח את התמונה בליווית מיכתב לאותה כתובת. הם סיפרו את כל קורותיו של שמואל בישראל. למרבה האפתעה הגיע מיכתב תשובה נרגש.

אילן: „הם לא הבינו איך הגיע שמואל לישראל. ידעו שאימו לקחה אותו לצרפת. מאז לא היה להם כל סימן משניהם. התפלאו לדעת שהוא חי בכלל, איבדו תיקווה למצוא פעם את התינוק.

סבא קרלוס היה מלא התלהבות. מיכתבים רבים בזה אחר זה הוא שלח למישפחת קרובי. בקשה אחת בכולם, לשלוח אליו את שמואל, ולו רק לביקור קצר. הוא גם הציע לשלוח נציג מטהיטי שילווה אותו בדרכו.

שמואל: „הייתי סקרן להכיר את מישפחתי בטהיטי. לראות מי הם, איך הם חיים, מה זה טהיטי. בכל זאת מדובר במישפחה שלי.

אימו של שמואל סירבה בתוקף. מכיוון שהיה עדיין קטין, היתה צריכה לחתום לו על אישור. במשך שנתיים התעקשה ולא הסכימה.

– מדוע?

אילן: „היא פחדה שהאב ישאיר אותו אצלו ושמואל ייגתק ממנה לעד. אבל כמו שהצלחתי לשכנע אותה לתת לנו מרצון את שמואל, היא הסכימה לבסוף שיסע. לי היה חשוב שיסע, שיראה את המישפחה שלו. אי אפשר למנוע דבר כזה מבן־אדם".

עד שנתרצתה האם, הגיע שמואל לגיל הגיוס לצבא. נקבע לו תאריך התייצבות לצבא. מישפחת קרובי הריצה מיכתבי בקשה כדי לדחות את הגיוס בחודשים אחרים.

שמואל: „לילה לפני הגיוס איבדתי תקווה לראות את המישפחה שלי בקרוב. התנחמתי קצת בעובדה שאראה אותם אחרי הצבא. מאוחר בלילה צילצל הטלפון והודיעו לנו שאני יכול לטוס. יעד הטיסה שנראה להם מוזר, גרם להיענות המאוחרת".

התיק שהוכן לצבא, הוחלף במזוודות־נסיעה לטהיטי. אחרי 20 שעות־טיסה, הגיע שמואל לאי.

שמואל מספר, שמהארץ טס קודם לצרפת, משם לקליפורניה ורק אחר־כך לטהיטי. בכל מטוס שעלה אליו היה גם יהודי חרדי לבוש שחורים. זה גרם לו למחשבות נוספות.

„עד קליפורניה לא חשדתי בו. חשבתי שהוא יירד שם. אבל כשהיה על המטוס לטהיטי, זה נראה לי מוזר. מה עושה יהודי חרדי לבוש שחורים במטוס לטהיטי. האם הוא עוקב אחרי? אחר־כך חשבתי, שאולי הוא הולך לכייף באי, אולי לראות בחורות רחוק מישראל, שלא יגלו עליו. רק אחר־כך התברר לי, שגם בטהיטי יש קהילה יהודית חרדית קטנה. על זה לא חשבתי".

שמואל בן דה למוט עם המזכרות מטהיטי: „אם אעבור לגור שם, לא אהיה יותר ישראלי"

המטוס נחת בשדה־התעופה של עיר הבירה, פפייטי. המישפחה מגיעה בליווי פמליה גדולה.

שמואל: „ירדתי אחרון מהמטוס. פחדתי. חשבתי שיעשו לי בדיקת דרכונים, ויעבור עוד זמן עד שאראה את המישפחה. אבל כשירדתי הם ידעו מיד שזה אני. היה להם את השם שלי ואת התיאור שלי. פתאום ראיתי קבוצה גדולה של אנשים מחכה לי וכולם מחייכים בשימחה. שמו לי כתר על הראש, ושרשרת על הצוואר. לא עברתי בדיקת דרכונים ולא כלום. מישהו כבר טיפל בעניין. התקבלתי כמו איזה ראש מדינה חשוב. לא האמנתי למה שקורה לי. פתאום אני הופך להיות נסיך באיזה אי, בסוף העולם. הכניסו אותי למכונית ארוכה והתחלנו לדהור לכיוון הבית. ממש כמו בסרטים. היה לי קשה לעכל את כל מה שקורה סביבי. לא הורדתי כל הדרך את הכתר מהראש, רציתי שידעו שאני חשוב ולא סתם מישהו. רק אחר־כך סיפרו לי, שהכתר עובר מאב לבנו במישפחה. אין בו אומנם זהב או יהלומים, אבל זה כתר עתיק ויקר, ששימש את המישפחה דורות רבים, עוד לפני שהגיעו הצרפתים לאי".

שמואל עם אביו, מושל טהיטי: אדם צריך להכיר את עברו ואת שורשיו

סבא קרלוס סבור, שמקומו של שמואל בטהיטי. שיכנועים ולחצים מופעלים עליו בצר הרעפה של כל טוב כדי לשכנעו להישאר. באותה תקופה שמואל לא כותב למישפחה בגן־יבנה.

אילן: „חשבתי שיהיו שיכנועים כאלה. האמנתי שהחינוך שנתתי לו ינצח והוא יחזור ארצה. אם היה מחליט להישאר, זה היה כישלון החינוך שלי. עם כל הכבוד לטהיטי, הוא חונך בישראל והוא יהודי".

עבור שמואל היו הדברים מורכבים ומסובכים הרבה יותר:

„המישפחה שם היא פרוטסטנטית. אין להם כל קשר או ידע על היהדות. על ישראל שמעו מידיעות של כתבים צרפתים. ידיעות מעוותות ואנטישמיות. הם ראו בי חלק ממישפחתם, בן פרוטסטנטי, שצריך להמשיך לחיות איתם. התלבטתי קשות. האם להישאר ולא לחזור לארץ? האם טהיטי זאת המולדת שלי או ישראל. לא פסקתי לחשוב על הזהות שלי. היה קשה. לזה צריך להוסיף את ניסיונות השיכנוע שלהם. בסוף קיבלתי את דבריו של אילן. החלטתי לחזור לארץ שגידלה אותי ולהתגייס לצבא".

„זה נראה לי מוזר. מה עושה יהודי חרדי לבוש שחורים במטוס לטהיטי? האם הוא עוקב אחרי? אחר כך גיליתי שיש שם קהילה יהודית קטנה"

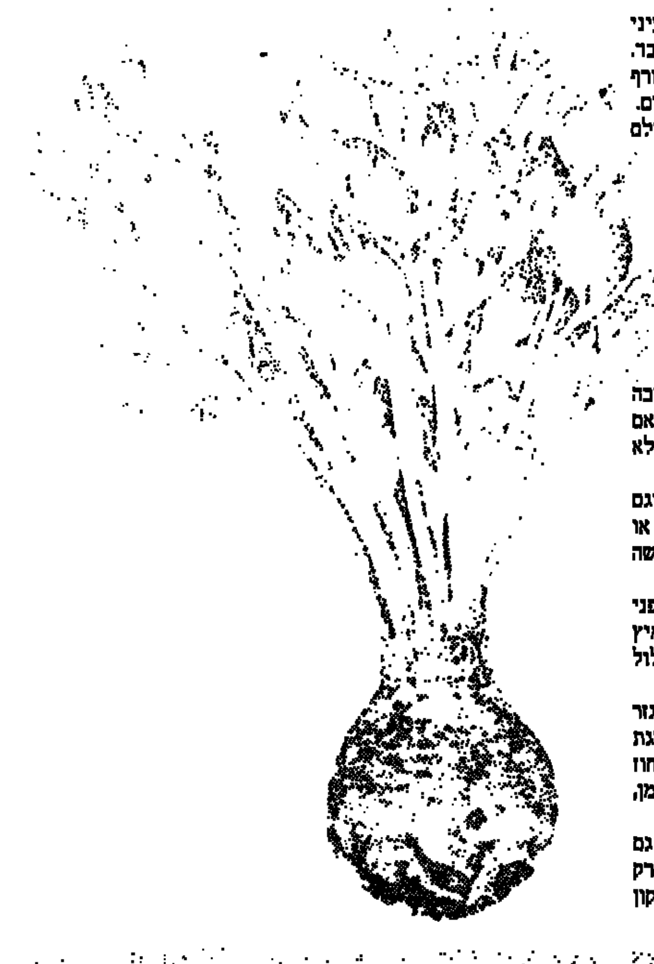
עכשיו נמצא שמואל בישראל. הוא יקבל חופשות במהלך שרותו הצבאי כדי לבקר את המישפחה בטהיטי. לאחר הגיוס, הוא אומר, הכל פתוח. „אבקר שם ואולי אחליט לעבור ולגור אצלם. מכל מקום, לנפוש בטהיטי בתקופת הצבא זה צ'ופר לא קטן. יש בסביבה הרבה איים תיירותיים קטנים. איזור חלומי".

– איך אתה רואה את הזהות שלך?

„אני כעת בישראל, לכן אני ישראלי ויהודי. אם אגור בטהיטי, לא אהיה יותר ישראלי, אבל תמיד תשאר אצלי פינה ליהדות. זה לא דבר שאוכל אי פעם לשכוח".

שולה מוזס

שורשים



שורש פטרוזיליה, שורש סלרי וגזר הם ירקות שורש, שמוסיפים למרק. בעיני רבים, שורש הפטרוזיליה ושורש הסלרי אינם ירקות ממש, אלא נותני טעם בלבד. האמת היא, שאפשר להכין מהם סלטים, מחיות ותבשילים מגוונים. סלט הוולדורף המפורסם, למשל, עשוי מקוביות של שורש סלרי ותפוחים, ברוטב מיונית עם אגוזים.

הסלרי, הפטרוזיליה והגזר הם בני אותה משפחה – משפחת הסוככיים- וכולם ילידי אזורנו. כרסם השורש הידוע יותר כסלרי שורש, מצוי בשוק בעיקר בחורף ובאביב. גם הגבעולים וגם הפקעת משמשים כירק תיבול, אבל מהפקעת העמילנית מכינים גם תבשילים שונים. מי שזקוק לדיאטה דלת-מלח כדאי שירבה באכילת סלרי – טעמו המיוחד מחפה על היעדר המלח, בעיקר אם מוסיפים לו מיץ לימון. אגב, מהזרעים של הסלרי מכינים תחליף מלח.

ערכו הקלורי של שורש הסלרי אינו גבוה – כ־20 קלוריות ב־100 גרם, והוא מכיל גם מעט סידן, אשלגן ונתרן. כאשר קונים שורש סלרי, כדאי לבחור בפקעות גדולות, מוצקות וכבדות יחסית לגודלן (אם הפקעת קלה, סימן שהיא נקבובית בפנים). קליפת הפקעת גבשושית מאוד, והדרך הטובה לקלוף אותה היא לקרצף היטב את הפקעת, לפרוס ולקלוף כל פרוסה בנפרד. אם מעוניינים לשמור את העלים,כדאי להפרידם מהפקעת, ולארוז בשקית פלסטיק. לא חייבים לבשל את הסלרי, הוא טעים מאוד גם כירק חי – חתוך לקוביות או מגורר.

שורש הפטרוזיליה נראה כגזר לבן ודק. טעמו מתוק, והוא עשיר בעמילן וגם בקלוריות – 80 קלוריות בכל 100 גרם. אפשר לגרר אותו ולהוסיפו לסלטים, או לתבשילים שונים. השם פטרוסלינון נגזר משתי מילים יווניות: "פטרוס" שפירושה סלע ו"סלינוס" שפירושה צמח.

אין ילד שלא שמע את המשפט "תאכל גזר, זה טוב לעיניים". ואומנם, כבר לפני זמן רב גילו, שהגזר מכיל פיגמנט כתום בשם קארוטין (ופעם היו משתמשים במיץ הגזר כדי לצבוע גבינות וחמאה), שהופך בגוף לוויטמין A. מחסור בוויטמין A עלול לגרום לעיוורון לילה.

בעניין הוויטמינים יש מילכוד מסוים: בגזר חי יש 9000 יחידות ויטמין A ובגזר מבושל רק 7000, אלא שהגוף סופג טוב יותר את הוויטמין מהגזר המבושל. ספיגת הוויטמין מותנית גם בהימצאות שומן במעיים. בלי שומן ינצל הגוף רק 10 אחוז מכמות הוויטמין, ועם שומן עד 60 אחוז. לכן כדאי להוסיף לתבשילי גזר מעט שומן, או לאכול אותם בארוחה המכילה שומן בתבשיל אחר.

בגזר חי יש 33 קלוריות ב־100 גרם ובמבושל רק 23 קלוריות. הגזר עשיר גם בסידן, בזרחן ובוויטמינים מקבוצה B. כאשר מבשלים גזר יש להוסיף למי הבישול רק מעט מאוד מלח, כי הגזר סופג את המלח מהנוזלים. אפשר לנצל תכונה זו לתיקון תבשילים שהומלחו יתר על המידה. תוספת קורט סוכר לגזר מבליטה את טעמו.

מרק שורש בקארי

מאז שגיליתי את המרק הזה אני מכינה אותו לפחות פעם בשבוע, וכבר הפתעתי בו כמה אורחים. אפילו הילדים הבררנים אוהבים אותו. השילוב בין מתיקות השורש, חמיצות התפוחים וחריפות הקארי ממש נפלא.

המצרכים: 25 גרם חמאה; 2 כפות שמן; כפית אבקת קארי; 2 כרשות גדולות (רק החלק הלבן) פרוסות; 4 שורשי פטרוזיליה גדולים, קלופים ופרוסים; 4 תפוחי עץ ירוקים, קלופים וקצוצים; ליטר מרק סתמי (אפשר משתי כפות אבקת מרק וליטר מים); ½ כוס חלב; ½ כוס יין לבן יבש; מלח ופלפל שחור טחון טרי; 2 תפוחי עץ חמוצים, קלופים וחתוכים לקוביות קטנות.

בסיר גדול מחממים את החמאה והשמן. מוסיפים אבקת קארי ומערבבים היטב. מוסיפים את הכרשה, שורש הפטרוזיליה ותפוחי העץ הקצוצים. מבשלים מעל להבה נמוכה במשך 10 דקות, ומערבבים מדי פעם.

מוסיפים מרק, חלב, יין, מלח ופלפל, מביאים לרתיחה על להבה גבוהה. מנמיכים את הלהבה, ומבשלים על סף רתיחה כחצי שעה. מסננים את הנוזלים לסיר נקי. מועכים את הירקות במַמחה או במעבד מזון, ומוסיפים לנוזלים. מערבבים היטב ומחממים. מחלקים את המרק לקעריות הגשה, ומוסיפים קוביות תפוחים. (אפשר להקפיא את המרק, לפני שמוסיפים קוביות תפוחים.)

טיגניות סלרי

המצרכים: 2 שורשי סלרי גדולים; ¾ כוס קמח; 2 חלמונים; ½ כוס יין לבן יבש; כוס מים קרים; מלח; פלפל שחור טחון טרי; 2 חלבונים; שמן לטיגון.

טורפים יחד חלמונים, יין, מים, קמח, מלח ופלפל עד שתתקבל בלילה חלקה ואחידה. משהים שעה.

שוטפים את שורשי הסלרי, פורסים לפרוסות בעובי ½ ס"מ, ומסירים את הקליפה. מחממים שמן בגובה ½ ס"מ לפחות במחבת גדולה. מקציפים את החלבונים לקצף נוקשה, ומקפלים לתוך הבלילה.

טובלים את פרוסות הסלרי בבלילה, ומכניסים מיד לשמן החם. מטגנים מעל להבה בינונית עד שהפרוסות יזהיבו משני צידיהן. מוציאים בכף מחוררת, ומספיגים על מגבות נייר. מגישים חם או פושר.

אפשר להגיש כתוספת למנה העיקרית, או כמנה ראשונה, עם רוטב עשוי מ־¼ כוס שמנת מתוקה, 2 כפות חומץ יין מאיכות טובה, מלח, פלפל שחור טחון טרי, שן שום קלופה ומעוכה וכף פטרוזיליה קצוצה.

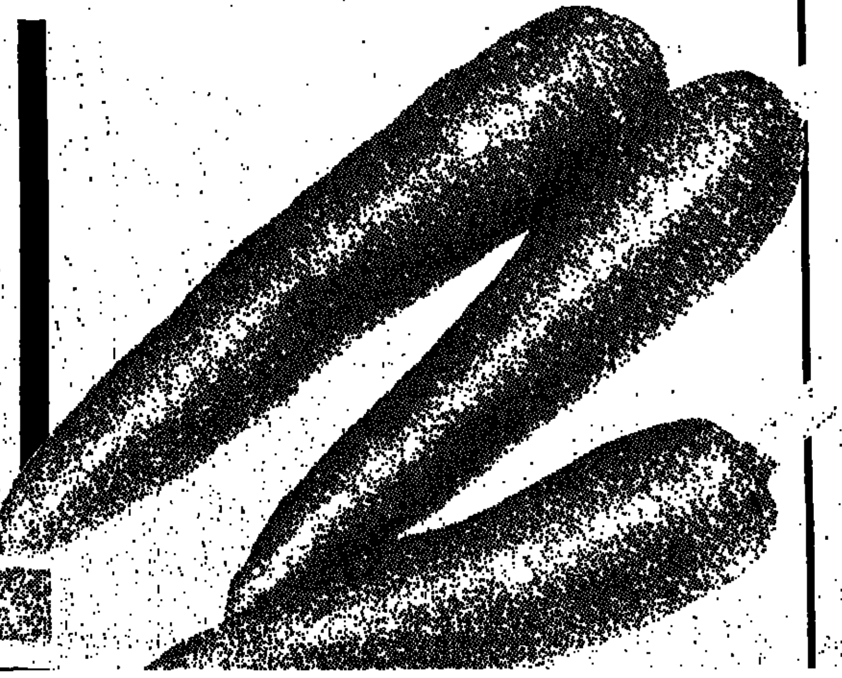
מעדן גזר בשמנת

קוביות גזר ששמרו על פריכותן ברוטב קטיפתי של חלמונים ושמנת. הפטרוזיליה הקצוצה מוסיפה צבע וטעם מרענן.

המצרכים: 40 גרם חמאה; 2 כפות פטרוזיליה קצוצה דק; 6 גזרים גדולים, קלופים וחתוכים לקוביות קטנות; 3 כפות מים רותחים; 2 חלמונים; ½ שקית שמנת מתוקה; מלח; פלפל שחור טחון טרי.

במחבת גדולה ממיסים את החמאה, מוסיפים פטרוזיליה וגזר, ומאדים מעל להבה גבוהה במשך 3 דקות. מוסיפים את המים הרותחים ומערבבים. מכסים את המחבת ומבשלים מעל להבה בינונית-נמוכה כ–15 דקות, עד שהגזר יתרכך מעט והנוזלים יתאדו.

טורפים את החלמונים עם השמנת, ומתבלים במלח ובפלפל. מוסיפים את התערובת למחבת, ומערבבים מעל להבה בינונית-גבוהה, בלי להרתיח, עד שהרוטב יסמיך. מגישים מיד.



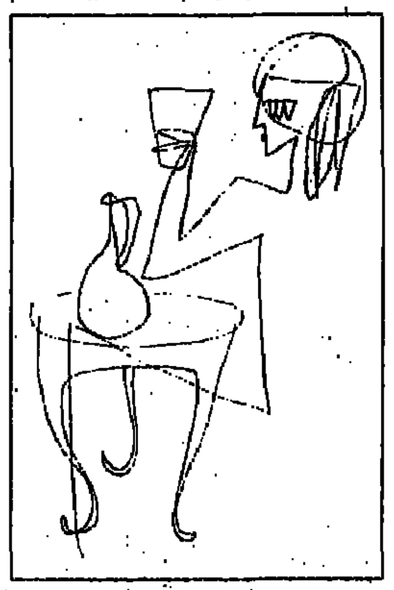
האיש שבא לסעוד

רחוק מן האושר

את החי והצומת של מסעדת "ארקדה" רואים היטב כשצועדים במעמקי רחוב דיזנגוף ומסתכלים אל הגבהים של הסנטר. שם, בחלונות של הגשר, נראים אנשים מאושרים מהלכים בתוך צמחייה עשירה, והשלט המונח מעליהם, ומכריז ששם המקום הוא "ארקארדה", מקנה לכל זה אופי מפתה ביותר.

התלטנו להימנות גם אנחנו עם המאושרים. ולאפשר לאחרים, שם למטה, לעמוד ולקנא בנו. וכך הגענו אל המסעדה, התיישבנו ליד החלון הצופה אל הרחוב, ואז התברר לנו שהאושר אינו דבר כה פשוט, ואנחנו עדיין רחוקים ממנו.

את המלצרית קשה להשיג כאן. היא אומנם הבחינה בנו, אך לקח לה זמן להחליט, שכדאי גם לקום ולשרת אותנו. כשהגיעה, הסתבר שהגיעה ללא תפריטים. המסע להשגת התפריט היה לא קצר ביותר, כנראה משום שהמטבח של המסעדה נמצא אי שם בנבכי הסנטר. כשהגיעה סוף־סוף, ניסינו להתחיל ולהזמין. המבחר נראה כאן עשיר ביותר. התכוונו להסתפק במעט ממנו: מנת סלטים, המבורגר וסטייק ברוטב הבית. אבל המלצרית לא ידעה מהו רוטב הבית, וגם לא היתה בטוחה שיש בכלל סטייק. היא שאלה אם היינו רוצים שתלך לברר. אבל כיוון



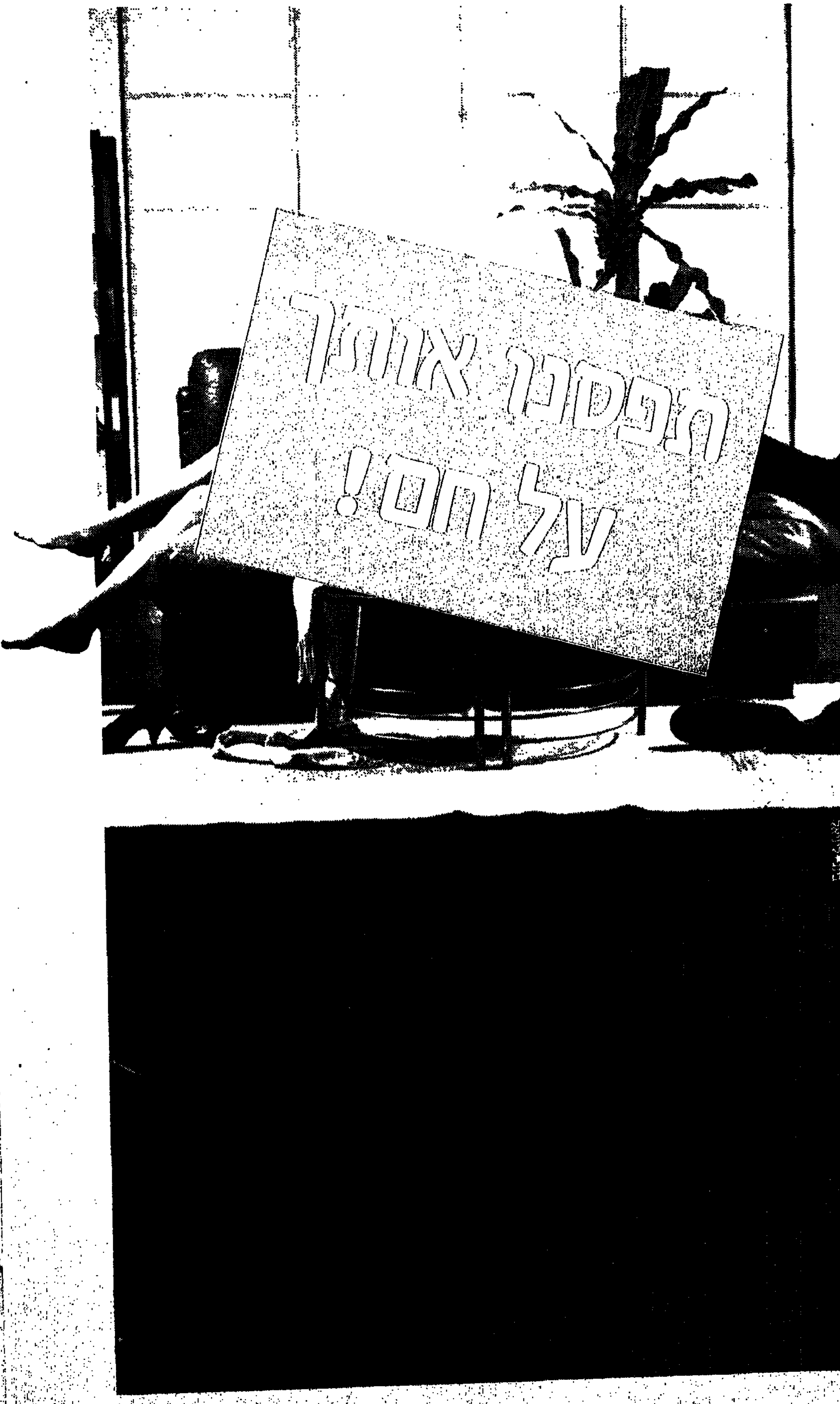
שהיא לא נראתה ששה לעשות זאת, וגם אנחנו לא רצינו לאפשר לה להיעלם שוב, וכיוון שהיא הבטיחה לנו ממקור ראשון, שמה שיש היום במטבח הוא רק סול ברוטב, למרות שזה אינו כתוב בתפריט – החלטנו לקחת את מה שיש, ללא סיפונים.

עכשיו התחילה בעיית הסלטים. אומנם, אלה היו מונחים על שולחן ארוך בפתח המסעדה, אבל כדי להגיע אליהם היה צורך בצלחות, והצלחות היתה במטבח והמטבח היה כנראה רחוק, והמלצרית, מי יודע לאן נעלמה. כשהגיעה הצלחות, התברר שהלחם איננו ושוב נעלמה המלצרית, וכשהגיעה סוף סוף עם הלחם, הגיעו עמה גם המנות העיקריות.

בכל זאת, טעמנו מעט מהסלטים וגילינו שסלט הכרוב החמוץ טעים למדי, וכך גם מיני סלטי החצילים והפלפל הצלוי, לעומתם, סלט הכרוב במיונז לווה בטעם מוזר שקשה היה לנו לעמוד על טיבו.

המנות העיקריות היו, כאמור, המבורגר [illegible] [illegible] המשושים הממלאים את [illegible] מאוד לא עסיסי היה בו, יבש [illegible] טעים. דג הסול סבל ברוטב, שהיה בו בסיס של בשאמל, אך גם הרבה לימון. והתערובת היתה לגמרי לא [illegible]. ויתרנו על המנות האחרונות שנראו מעניינות למדי, והסתפקנו בשתיית הקקאו ושילמנו 43 שקל.

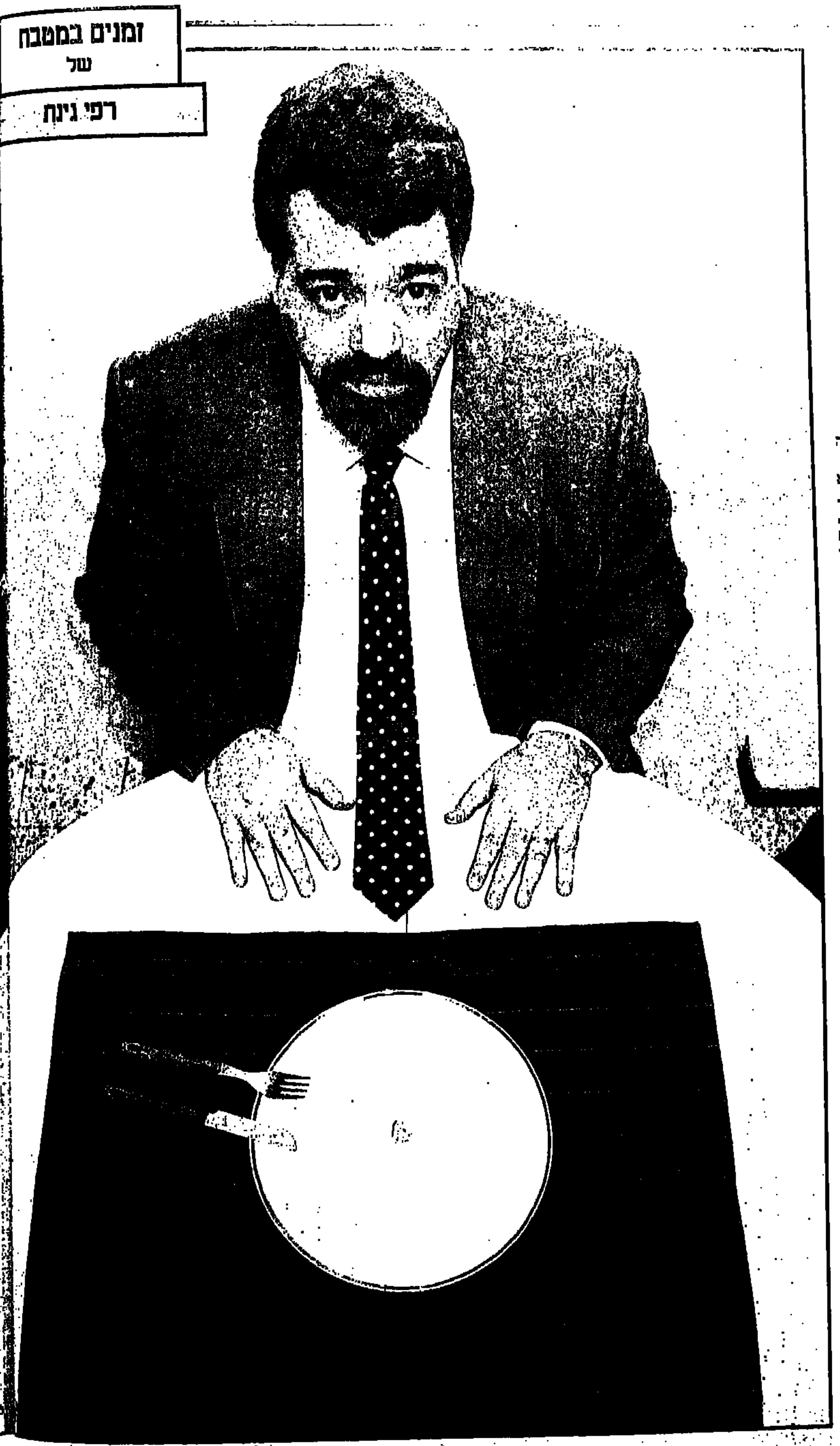
לוקולוס



קלוריות באוויר

רות יולס

זמנים במטבח של רפי גינת



כשהיה בן 16, הבטיחו לרפי שאם ירזה יקבל אופנוע. הואהסכים. לקחו אותו למרפא צמחוני, שעשה לו דיאטת־מחץ, שכללה גם התעמלות יומיומית, בחמש בבוקר. "התפריט היה נוראי", נזכר רפי, "כמעט צום: יום אחד רק ארבע קלמנטינות, יום אחד רק פרוסת אבוקדו, ויום אחד 100 גרם עוף". לקח לו חודשיים להוריד 35 ק"ג ולהפוך ל"ילד רזה ועליז עם אופנוע".

ב־1971, אחרי שכבר חזר למימדי טרום־האופנוע, היה חבר בלהקה של יונתן כרמון, וממלא מקומו של אריק לביא במחזמר "להיות עוד קיץ, לעבור עוד חורף". באחת החזרות פנה אליו כרמון ואמר: "אתה זמר מצוין, אבל נראה כמו הדוד של כולם". כרמון הביא לו כדורי הרזיה מארצות־הברית, ובמהלך החודשיים וחצי הבאים הפסיד רפי 38 קילו, ועבר ממידה "אקסטרה־לארג'" ל"סמול". מאז, הדד־ליין שלו הוא 135 ק"ג. כשהוא מגיע אליו, הוא מתעצבן ומתחיל דיאטת צום, שהיא בעיניו הדבר הגרוע ביותר בעולם: "ממש התאכזרות נפשית".

"הרגלי־האכילה של רפי גרועים", אומרת נאוה, אשתו. "הוא אוהב אוכל כבד, שטורחים עליו שעות, ולא משתגע על סלטים ומרקים". המאכל שהוא הכי אוהב: קציצות ברוטב עם תפוחי־אדמה, שנאווה מכינה לו.

רפי בא מבית מעורב: אמא ייקית, אבא צבר וסבא גרוזיני, עם מטבח אשכנזי־ייקי. אמו היתה מומחית למרק־עוף, לצ'ולנט ולעוגות שחורות. טעמו התפתח בתקופה שנדד בדרכים עם להקת כרמון. אז גם למד, שבמקום שחונות הרבה משאיות, שם נמצאת מסעדה טובה. רפי חובב מאכלים לאומיים, ודווקא ברחוב, בקיוסקים ובדוכנים. בהולנד – מליחים, בספרד – פריים בנייר־עיתון, בפרו – סביצ'ס (דגים מטוגנים), ביוון ובקפריסין – מיני מאפה טבולים בדבש ובארץ – פלאפל, ומלבי־קיימק (קינוח תורכי, דומה לסחלב, עם קוקוס ומי־ורדים).

כשהוא מזמין חברים לארוחה, הוא מכין אותה בעצמו, וטורח שעות ארוכות. בדרך־כלל זוהי ארוחה בסגנון צרפתי, שאת מתכוניה קיבל מרם קופר, הבעלים של מסעדה באילת. כשרפי מבשל, אין דיאטה והקלוריות ממש עפות באוויר.

ובכל־זאת יש דברים, שלעולם לא יכנסו לפיו של רפי גינת: חמאה או מרגרינה מרוחות על לחם, מיונז, גבינות לבנות ויוגורט. הוא יעדיף למות מרעב ולא לאכול אותם. "חמאה היא ממש טאבו. כשהיה ילד בן ארבע, היה נוהג למרוח חמאה על הקירות. ההורים הפסיקו לקנות חמאה ואמרו לו, ש"חמאה זה פויה", ומאז הוא לא נוגע בזה. גבינות צהובות, לעומת־זאת, הוא אוהב מאוד. גם בשר. במזווה שלו יש תמיד מלאי ענק של דליקטסים ושימורים מכל העולם. מחו"ל הוא חוזר תמיד עם תיק ענק מלא גבינות ונקניקים. בשרים ונקניקים הוא קונה אצל אלברט באזור, אצל מוטי ארואסטי ויוז'י בנוה־אביבים, או אצל חיים רפאל בלוינסקי. לקרדה אמיתית מטורקיה הוא משיג ברחוב פיג'וטו, בחנות קטנה לדגים. את הבאגט היומי שלו הוא קונה בג'באנו, בדרך חזרה מהטלוויזיה. כשהוא משתוקק לסטייק טוב, הוא אוכל בווירטהול. פריים הוא זולל בשפת הים, מתחת למלון הילטון. סינית הוא מעדיף אצל אהרוני, ואוכל מזרחי (ולא רק חומוס) אצל אבו־שעיין, בשוק של ירושלים המזרחית.

אהבתו השנייה היא למטעמים התימניים של יוכבד, חותנתו. כל שבת חוגגת אצלה המשפחה. זכאי, החותן, מכין פול עם ביצה קשה, שמן זית, לפת, צנון ובצל יבש. יש גם ג'חנון, ובצהריים נחים להם בדו־קיום על השולחן גפילטע־פיש ורגל קרושה (לשני החתנים האשכנזים), מלאוות, מרק רגל תימני, כרוב ממולא ופלאפל "הכי טוב בארץ", עם פיתות מאפה בית. ליד כל אלה מגישים שני סוגי טחינה, וסבא זכאי מכין סלט דק־דק.

סטייק מפולפל

המצרכים: 50 גרם חמאה (או 50 גרם מרגרינה בטעם חמאה); 2 כפות שמן; ק"ג סטייק פילה; כוסית קוניאק; 2 כוסות שמנת מתוקה (או שמנת צימחית); פלפל שחור; פלפל לבן; מלח; כפית חרדל.

ממיסים את החמאה והשמן במחבת. מטגנים את הסטייקים והופכים אותם כל הזמן תוך כדי טיגון. כשהסטייקים כמעט מוכנים, מוסיפים למחבת את הקוניאק, הופכים עוד פעם ומוציאים את הבשר מהמחבת (אם מטגנים כל סטייק לחוד, מוסיפים שומן וקוניאק במידת הצורך).

לאותה מחבת מוסיפים את השמנת, פלפל־שחור ולבן, מלח וחרדל. מבשלים ומערבבים עד שהרוטב יסמיך. יוצקים את הרוטב על הסטייקים ומגישים.

קרם שוקו

המצרכים: 6 כפות אבקת שוקו סושרד; שקית שמנת מתוקה; קליפה מגוררת מלימון ירוק; קורט ליקר קואנטרו או ליקר קקאו.

מקציפים את השמנת, מוסיפים את השוקו, קליפת הלימון והליקר, מקציפים יחד עוד דקה ומאחסנים במקרר.

הקציצות שרפי אוהב

המצרכים: 500 גרם בשר טחון; בצל בינוני, קצוץ דק; 2 ביצים; 2 כפיות קמח תופח; מלח; פלפל; תפוח־אדמה מגורר דק; קישוא קטן מגורר דק; גזר מגורר דק; שמן לטיגון; תפוחי־אדמה חתוכים לקוביות.

המצרכים לרוטב: בצל קצוץ, סלסילת פטריות שמפיניון פרוסות; כף מרגרינה; כף קמח; קוביית מרק פיטריות; כוס מים.

מערבבים יחד בשר, בצל קצוץ, ביצים, קמח תופח, תבלינים וירקות מגוררים. צרים קציצות קטנות, ומטגנים בשמן עד שישחימו.

להכנת הרוטב, מטגנים את הבצל במעט שמן עד שיזהיב, מוסיפים למחבת את הפטריות, ומטגנים עוד 5 דקות. בסיר נפרד מכינים רביכה מהמרגרינה, הקמח, קוביית המרק והמים. מבשלים יחד 5 דקות, ומוסיפים את הרביכה לפטריות המטוגנות; ממשיכים לבשל 10 דקות.

מבשלים את קוביות תפוחי־האדמה, עד שיתרככו. מעבירים לסיר נקי את הקציצות, עליהן תפוחי־אדמה מסוננים ולמעלה הרוטב פטריות. מבשלים הכל יחד מעל להבה נמוכה במשך 10 דקות.

פלאפל של החותנת

המצרכים: 500 גרם פולי־חימצה (חומוס); שיניים קלופות מראש שום שלם; 2 כפות זרעוני כמון; כף זרעוני כוסברה; פלפלון חריף אדום (למי שאוהב חריף); כפית אבקת אפייה; מלח; 2 כפות קמח; קצת מים לעיסה.

שורים את החומוס למשך לילה. מסננים, מכסים במים נקיים ומבשלים עד שיתרכך. מסננים. טוחנים יחד את כל החומרים, חוץ מאבקת האפייה, המלח, הקמח והמים; מוסיפים את ארבעת המצרכים האחרונים (מים בכמות שתספיק לאחוד העיסה, בלי שתהפוך נוזלית). צרים כדורים קטנים, ומטגנים בשמן עמוק.

כתום לוהט

דנית סלומון

התפוז הוא עץ [illegible]

[illegible] שלציפה ולקליפה צבע אדום כהה. הם מיציים מאוד, אבל קשים לקילוף.

ב־100 גרם תפוז קלוף יש 100 [illegible] 45 קלוריות, ב־45 [illegible] 36 מ"ג [illegible] ו־150 מ"ג אשלגן.

תפוז נורווגי

המצרכים: 6 תפוזים או תפוזיונות גדולים ויפים; מיץ מ־4 תפוזים גדולים; כוס סוכר; 6 חלמונים; 2 כפיות קורנפלור; כוס שמנת מתוקה; 4 חלבוני ביצים; 200 גרם אבקת סוכר; ¼ כוס ליקר תפוזים להדלקה (לא הכרחי).

חותכים את השליש העליון מהתפוזים או התפוזיונות, ומרוקנים את הפנים בזהירות, בלי לפגוע בקליפה (אפשר להשתמש בו לסלט פירות).

שמים מיץ תפוזים בסיר, מוסיפים סוכר ומחממים כמעט עד לרתיחה. בוחשים עד שכל הסוכר ימס. טורפים את החלמונים עם הקורנפלור בקערה. מוסיפים את מיץ התפוזים לחלמונים תוך הקצפה, ומסננים חזרה לסיר. בוחשים מעל להבה נמוכה מאוד או מעל סיר כפול עד שהתערובת תתחיל להסמיך. מסירים מהאש, ומצננים לגמרי. מערבבים מדי פעם, כדי למנוע היווצרות קרום.

מקציפים את השמנת לקצפת יציבה, ומבליעים לתוך הרפרפת הקרה. ממלאים את קליפות התפוזים בתערובת. עד לשלב זה אפשר להכין מראש ולאחסן בקירור.

שמים את החלבונים בקערה. מניחים את הקערה מעל סיר עם מים על סף רתיחה. מקציפים את החלבונים ומוסיפים את אבקת הסוכר תוך הקצפה. ממשיכים להקציף עד שהקצף נוקשה מאוד ומבריק. מורחים או מזלפים את הקצף על הרפרפת שבקונכיות הקליפה. מכסים היטב את הפתח.

ברגע ההגשה מחממים מעט את הליקר במצקת מתכת גדולה, מדליקים ויוצקים על כיסוי המיקצפת. מגישים מיד, לפני שה־להבה תדעך. אם מעדיפים חיים קלים, מוותרים על ההדלקה. לפני ההגשה מניחים את התפוזיונות תחת אסכלה חמה למשך כדקה, עד שהמיקצפות יזהיבו מעט.

(6 מנות)

מי פריחת־תפוז

מניצני הפרחים של התפוז מכינים תמצית מבושמת, המשמשת לתיבול קינוחים ומיני מאפה מתוקים במטבח הים־תיכוני, כמו המעמול המרוקני והבסולה – עוגת פירות איטלקית.

אוספים את פרחי התפוז, שורים אותם במים, ומזקקים מהם את השמן הנרולי, המכיל את הריח. בשמן משתמשים להכנת בשמים, ואת מי השרייה מרכזים ומכינים מהם תמצית תיבול.

אפשר לרכוש מי פריחת־תפוז בחנויות תבלינים, בבקבוקים קטנים. אפשר להוסיף מעט לרוטב סלט, לטעם. תפוזי מרענן, ולבשם תבליל של עוגת תופין או בצק עוגיות.

קליפה ריחנית

לקליפת התפוז תפקיד חשוב בבישול. היא מוסיפה טעם מיוחד לא רק לעוגות, אלא גם לתבשילים מתובלים. כדי לסלק את טעם הלוואי של בשר הורו, מוסיפים לתבשיל רצועה של קליפת תפוז. הצרפתים כוללים בצרור עשבי התיבול שלהם גם חתיכה של קליפת תפוז מיובשת. מסירים את החלק הכתום של הקליפה בעזרת מקלף ירקות.

לתיבול עוגות, קרמים וקינוחים, מגררים את השכבה הכתומה של הקליפה במגררת עדינה, או טוחנים את הקליפה בממחה.

לתיסכון בעבודה, מגררים קליפה ממספר תפוזים בבת אחת, מערבבים עם סוכר – ביחס של כפית קליפה מגוררת לכף סוכר – ומאחסנים במקרר, בצנצנת סגורה היטב. בכל פעם שמתכון העוגה דורש קליפת תפוז מגוררת, מוסיפים מהתערובת המוכנה.

ננס סיני

התפוז הננסי (קומקואט) נראה כסוכריה מוארכת כתומה. מוצאו מסין ומיפן, והוא גדל על עצים קטנים ועל שיחים, ומקובל מאוד כצמח נוי בגינות ובעציצים. בשנים האחרונות הוא מצוי גם בשווקים.

החלק המתוק בתפוז הננסי הוא הקליפה דווקא, הפנים חמצמצים, לכן אוכלים את התפוז הננסי על קליפתו.

אפשר לבשל תפוזים ננסיים במעט סירופ סוכר, עד שיתרככו, מצננים ומגישים על גלידות ועל קינוחים שונים.

באומקוכן

הבאומקוכן נחשבת לעוגה העתיקה ביותר בעולם. המסורת מספרת, שהחיילים היוונים ערבבו חמאה עם דבש, וחיממו את התערובת על שפודים מעל המדורה, כדי לקבל מין ממתק אפוי.

פירוש השם הגרמני "באומקוכן" הוא עוגת עץ־עץ, והוא מתאר את צורתה גליל עבה המורכב משכבות דקיקות זו על־גבי זו.

פריץ רקלה, הקונדיטור הראשי של "שרתון תל־אביב", הביא את העוגה גם לארץ. במלון אופים את הבאומקוכן במכונה מיוחדת, המזכירה בצורתה מיתקן שווארמה מאוד, גם עיקרון ההכנה דומה, אבל בהיפוך – מכפנים כלפי חוץ.

חובבי הרפתקאות עם המון סבלנות יכולים לנסות להכין את העוגה בבית, לפי מירשם שקיבלנו מפריץ רקלה:

המצרכים: 15 חלבוני ביצים; 350 גרם סוכר; 400 גרם חמאה; 2 שקיקים סוכר וניל; 30 גרם מרציפן; מיץ לימון; 15 חלמונים; 300 גרם קורנפלור.

מקציפים את החלבונים עם הסוכר לקצף נוקשה.

טורפים יחד חמאה, סוכר וניל, מרציפן, מעט מיץ לימון, חלמונים וקורנפלור. מקפלים את הקצף לתוך התערובת.

עוטפים גליל מתכת ארוך בקוטר 15 ס"מ בקרטון משומן. מורחים שכבה דקה מהבצק על הגליל, ומסובבים מול להבה פתוחה או אסכלה חמה מאוד עד שהבצק יתקשה. מורחים שכבת בצק נוספת על הבצק האפוי, ומסובבים מול מקור החום. ממשיכים למרוח שכבות בצק ולאפות עד שמתקבלות 20–30 שכבות בצק אפויות זו מעל זו.

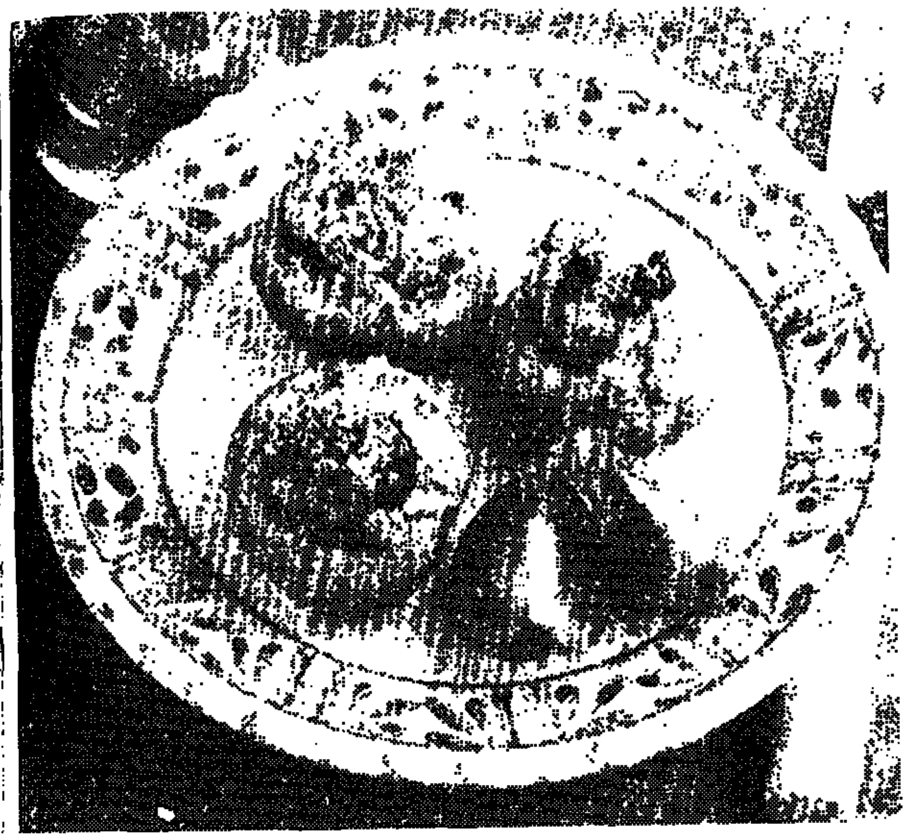
חותכים את הגליל האפוי לטבעות, ומחליקים מגליל המתכת עם הקרטון. מציאים ומוציאים את הקרטון. מזקים אבקת סוכר, או מזגגים בשוקולד מומס. מרכיבים 2 עיגולים זה על זה, וממלאים את המרכז בקצפת ובפירות חתוכים.

צילם: אסף פוקר

מה שפחות — דליה ניר

חימום נוסף

קר בחוץ, ומרגישים מין צורך כזה במשהו מחמם. חוץ מאפשרויות החימום שאתם מכירים, יש עוד דרכים. למשל: משקה חם, מרק חם, או תבשיל חם. העיקר שיהיה מה שיותר – במה שפחות קלוריות



מרק כרובית

המצרכים: כרובית גדולה; צרור גבעולי פטרוזיליה; בצל גדול; 5–4 שיני שום; מים; מלח, פלפל ואבקת שום; 4 שקיקים מרק עוף דל־קלוריות.

שוטפים את הכרובית, ומפרקים לתפרחות. שומרים את העלים.

שמים את תפרחות הכרובית והעלים בסיר, ומוסיפים בצל, פטרוזיליה ושום. מכסים במים, ומבשלים עד שהירקות יתרככו. מוציאים את הבצל, הפטרוזיליה והשום.

מעבירים את הכרובית למבחה עם מעט מנוזלי הבישול, ומערבלים למחית. מחזירים את המחית לסיר, מוסיפים אבקת מרק, תבלינים ומים לפי הסמיכות הרצויה. מביאים לרתיחה, מערבבים ומגישים.

(4 מנות. בכל מנה 50 קלוריות)

עוף בזיתים

המצרכים: 2 כפיות שמן זית; 1¼ ק"ג נתחי עוף, בלי עור; 2 כוסות פיטריות חתוכות; 2 כוסות פלפלים ירוקים פרוסים; 2 עגבניות, קלופות וקצוצות; כוס בצל פרוס; 2 שיני שום מעוכות; ½ כפית אורגנו; מלח ופלפל; 4 כפיות יין לבן; 4 זיתים שחורים קצוצים; פטרוזיליה קצוצה.

מחממים את השמן במחבת גדולה. מטגנים את נתחי העוף עד שישחימו מכל צידיהם. מעבירים לתבנית חסינת חום.

מוסיפים למחבת פיטריות, פלפלים, עגבניות, בצל ושום. מאדים במשך 15 דקות, ומערבבים מדי פעם. כשהירקות מתרככים, מוסיפים יין ותבלינים. מערבבים ומכסים את נתחי העוף בתערובת. אופים בחום בינוני במשך כ־45 דקות. לפני ההגשה, מפזרים זיתים קצוצים ופטרוזיליה קצוצה.

(4 מנות. בכל מנה 109 קלוריות)

פיטריות ממולאות

המצרכים: 120 גרם נקניקיות מחלבון צמחי; 6 כפות פירורי לחם; ½ כוס תרד מבושל ומסונן; ½ כוס חלב דל־שומן; 2 כפות בצל ירוק קצוץ; פטרוזיליה קצוצה; כף רוטב רויאל; מלח, פלפל ואבקת שום; פיטריות שמפיניון גדולות טריות; 60 גרם גבינה צהובה מגוררת.

קוצצים את הנקניקיות לחתיכות קטנות. קוצצים את התרד. מערבבים יחד נקניקיות, תרד, פירורי לחם, בצל, חלב, פטרוזיליה קצוצה, רוטב רויאל ותבלינים.

מוציאים בזהירות את גבעולי הפיטריות, וממלאים את הכובעים בתערובת. מסדרים בתבנית אפייה, זורים גבינה צהובה מגוררת, ואופים בחום בינוני במשך 25 דקות.

(2 מנות. בכל מנה 364 קלוריות)

כרוב מאודה בכרוויה

המצרכים: כרוב לבן גדול; מים; מלח; כרשה (רק החלק הלבן); 4 כפיות מרגרינה; כוס בצל פרוס; 2 שקיקים מרק עוף נמס דל־קלוריות; פלפל שחור; ½ כפית כרוויה (קימל).

חותכים את הכרוב לשמיניות לאורכו, ושמים בסיר. מוסיפים מים, כרשה ומעט מלח, ומבשלים עד שהכרוב יתרכך מעט. מסננים ומצננים את הכרוב.

מחממים את המרגרינה במחבת גדולה, ומזהיבים את הבצל. מוסיפים את שמיניות הכרוב, ומטגנים עד שישחימו מכל הצדדים. הופכים בזהירות.

ממיסים אבקת מרק במעט מים רותחים, ומוסיפים פלפל וכרוויה. יוצקים על הכרוב, מכסים ומבשלים יחד במשך 10 דקות.

(4 מנות. בכל מנה 109 קלוריות)

בישול מהיר — רות יולס

עוגת גבינה ושמנת

עוגת הגבינה האמיתית של פינצ'י מור (לאחר שבטעות התערבבו שני מתכונים למתכון אחד).

המצרכים: חבילה ביסקוויטים מרובעים פשוטים; חלב לשרייה; 3 ביצים; 500 גרם גבינה לבנה 9% שומן; ¾ כוס סוכר; כפית תמצית וניל; 2 גביעים שמנת חמוצה.

שורים את הביסקוויטים בחלב, ומסדרים אותם בתבנית מרובעת חסינת־חום. מערבלים את הביצים עם הגבינה, חצי מכמות הסוכר ותמצית הווניל, ויוצקים על הביסקוויטים. אופים במשך 30 דקות, בתנור שחומם מראש לחום של 150 צ'.

מוציאים את העוגה מהתנור. מהתנור, מערבבים בכף את השמנת עם שארית הסוכר, ושופכים על העוגה החמה. מחזירים לתנור, ואופים במשך 15 דקות נוספות.

קציפת מנגו

איש לא יאמין שטרחתם רק דקות ספורות על הכנת הקציפה הזאת. את הקציפה ואת המתכון קיבלנו מנעמי טיסונה, לקינוח ארוחת צהריים משגעת בשבת חורפית.

המצרכים: 2 שקיות שמנת מתוקה; שפופרת חלב משומר ממותק; קופסה תרכיז מנגו קפוא.

מקציפים את השמנת לקצפת. מוסיפים את החלב המשומר תוך הקצפה ואחר־כך את תרכיז המנגו. מאחסנים במקרר.

מגישים בגביעים בעלי רגל גבוהה. מעטרים בפירות משומרים, בעוגיה או בוופל. אפשר להחליף את תרכיז המנגו בתרכיזים קפואים בטעמים אחרים.

מרק תירס

המצרכים: 2 קופסאות תירס משומר; שקית חלב; 5 כפיות אבקת מרק; 2 שיני שום מעוכות; מלח ופלפל.

מרסקים את התירס המסונן במעבד־מזון או בממחה. מעבירים את המחית לסיר, מוסיפים את החלב ומבשלים מעל להבה בינונית תוך עירבוב, עד שהמרק רותח. מוסיפים את אבקת המרק ומערבבים היטב, מתבלים בשום, במלח ובפלפל.

עוגיות מדלין

משתמשים בתבנית עם שקערוריות דמויות צדף מאורך (נמכר בחנויות לציוד לקונדיטוריות).

המצרכים: 1¼ כוסות קמח; ¾ כוס סוכר; 125 גרם חמאה; 2 ביצים; קורט מלח; קליפת לימון מגוררת.

ממיסים את החמאה בסיר, ומושחים מעט מהחמאה המומסת בתוך כל שקערורית ומקמחים מעט.

מערבלים את הסוכר עם הביצים והמלח, לתערובת קצפית ובהירה. מנמיכים את מהירות המערבל, ומוסיפים לסירוגין את הקמח והחמאה המומסת. מוסיפים גם את קליפת הלימון. בעזרת כף ממלאים את השקערוריות בתערובת עד חציין.

אופים 5 דקות בתנור שחומם מראש ל־100 מעלות צ', ועוד 10–8 דקות בחום של 200 מעלות. כשהעוגיות מזהיבות מעט, מוציאים מהתנור והופכים את התבנית על מגבת מטבח. מסדרים את העוגיות על צלחת הגשה ובוזקים אבקת־סוכר. מגישים ואוכלים מיד.

פני העשור

משבר גירושין יכול, לפעמים, להניב תוצאות מרשימות ■ כך במקרה של ג'מה לוין, צלמת בריטית ידועה ■ בשיא הדכדוך יצאה לצלם את הפנים של שנות ה־80. 300 סלבריטי'ס, החל בשחקנית פגי אשקרופט וכלה ברב הראשי של בריטניה ■ התוצאה: ספר, תערוכה, מכירה פומבית ■ תאצ'ר נמכרה ב־5000 ליש"ט

בוב גלדוף: להרחיב את משמעות המושג „כוכב רוק"

ג'מה לוין: פגי אשקרופט ניחמה אותה בסטודיו

ג'ואן קולינס: זו שאי אפשר לוותר עליה

מייקל קיין: 300 מ־350 הנמענים השיבו בחיוב

■ **יוחנן להב, לונדון**

למחרת המכירה הפומבית ראו את מרגרט תאצ'ר בעיתון עם צעירה בתסרוקת פאנק. הכותרות בעיתונות פירגנו. לגמרי לא רע, למה שהחל כריפוי בעיסוק. ג'מה לוין, 48, היתה מדוכדכת עם סיום נישואיה, אחרי 25 שנה. מדוע שלא תצלמי את פני העשור? הציעה לה ידידתה, ליידי פלקנדר, מי שהיתה מזכירתו הכל־יכולה של ראש הממשלה דאז, הרולד וילסון. היא לא יכלה להציע זאת לאדם נכון יותר. ג'מה אהבה להתחכך בכל הגדולים. תמיד היתה לה החוצפה הדרושה בשביל זה.

10 שנים קודם לכן, היא הוכיחה זאת, כאשר נכנסה עם אלבום צילומיה הראשונים אל המו"ל הידוע לורד ויידנפלד (ויידנפלד את ניקולסון), וביקשה שיפרסם אותו. הצעתה אומנם לא נתקבלה, אבל תוצאות היו: הלורד הדפיס שני אלבומי צילומים שלה על ישראל.

כשניגשה לצלם את פני העשור, היתה כבר ג'מה צלמת מצליחה. מאחוריה היו שלושה ספרים שתיעדו את עבודתו של הפסל הנרי מור. היא שיגרה מכתב ל־350 אישים ידועים את ההצעה הבאה: נא טלפן אלי אם יש לך עניין להופיע בתערוכה ובספר. 300 טילפנו.

ג'מה לוין צילמה, והתערוכה והספר מעוררים עניין רב. בימים אלה נערכה מכירה פומבית של התצלומים, רובם בשחור־לבן, תחת כיסוי תקשורתי כבד.

מי ומי במצולמים? מרגרט תאצ'ר, כמובן, אלוף העולם הבריטי באיגרוף, פראנק ברונו, נייג'ל האותורן (הוא סר ג'פרי מ„כן, אדוני ראש הממשלה"), גדול הסניגורים של בריטניה, סר דיוויד נאפלי, והרב הראשי עמנואל יעקובוביץ.

מדהים לגלות, מבעד לעדשתה של לוין, עד כמה יהודיים פני העשור. ישנו שם, לדוגמא, הפילוסוף ישעיהו ברלין; רלף הלפרין, איש העסקים שהתפרסם פעמיים – לראשונה כשקבע לעצמו את המשכורת הגבוהה במדינה, מיליון ליש"ט בשנה, שהפכו היום למיליון ו־400 אלף, ובשניה כשעשה זאת חמש פעמים עם דוגמנית עירום בגיל העשרה, בהפסקת הצהריים במשרדו, וזו רצה לספר מיד לעיתון שערוריות.

עוד ברשימה: השר לשעבר ליאון בריטן, והשר הקרוב ביותר אל ראש־ממשלת בריטניה בהווה, הלורד יאנג. ישנו ג'ראלד רונסון, מיליארדר ונדבן שהסתבך באחרונה בשערוריה והואשם במעילים, וטרוור צ'ין, מיליארדר ממנהיגי יהדות בריטניה (והמגבית), ששיחרר את קודמו בערבות בבית המשפט. ג'מה לוין צילמה גם את המנצח ג'ורג' זולטי, את הבמאי הידוע בבריטניה ד"ר ג'ונתן מילר, את בוב גלדוף (עזרה חיה), את העיתונאי ברנרד לוין, את האמרגנית בת"א הידועה בבריטניה, ליליאן הוכהאוזר, את השחקן בן קינגסלי („גאנדי"), שחשף בפניה את חזהו, כדי להיראות כמו בסרט, ואת, איך אפשר לא, ג'ואן קולינס – וזו רק רשימה חלקית.

פגי אשקרופט הגדולה, לא שמעה על ג'מה לוין, אבל אחרי שסיפר לה ג'ון גילגוד כמה מרגיעה היתה השעה שעשה בחברת הצלמת, התקשרה אליה והזמינה עצמה לסטודיו שלה. היא באה להירגע – ומצאה את עצמה מרגיעה. כי אז בדיוק הופיע במקום החותן הזקן של ג'מה, וזו נפלה על צווארו בבכי. „גם אני עברתי את הטראומה של סיום 25 שנות נישואין", אמרה השחקנית. „התגברי על זה. מתגברים על הכל".

כוכב הטלוויזיה דיוויד פרוסט עזר לג'מה לוין לערוך את המכירה הפומבית של הצילומים בערב גאלה, בו השתתפה ראש־הממשלה מרגרט תאצ'ר, שאף כתבה את המבוא לספר. הפורטרט של גברת־הברזל נמכר אותו ערב בסכום של 5000 ליש"ט. סך ההכנסות הגיע ל־24 אלף ליש"ט, המיועדות לקרן לטיפול בלוקמיה ע"ש שרון אלון.

בני הזוג עמנואל: עיצבו את שמלת החתונה של הנסיכה דיאנה

מירב אלוני בת 19. מאחוריה 5 (!) שנות נישואין ■ הכל קרה כשאביה הורה למשפחה לארוז הכל ולבוא אחריו למכסיקו ■ במקום מדים, לובשת כיום מירב את האופנה האחרונה של בוורלי-הילס ■ כל דימיון בינה לבין הצברית שנלחמה בשיניים להמשיך לגור בחולון – מיקרי בלבד

נישואי מכסיקו

■ ג'ודי ניר-מוזס
■ צילום: מיכל היימן

כשאוני אלוני כתב לאשתו שושנה, שתתחיל לארוז את כל תכולת הבית, ותכין את שלושת הבנות לפרידה מהארץ, ניסו הקטנות להתמרד. כראשן היתה מירב, אז בת 12. המחשבה על ניתוק מדירתם הקטנה בחולון, מהחברים ומבני המשפחה, היתה עבודה בלתי נסבלת.

השם מכסיקו היה צל מפחיד, שהילך בביתם מאז נסע אביהן חצי שנה קודם לחפש מזלו ביבשת הרחוקה. שושנה, שרוב היום היתה עסוקה באריזה, מחתה מדי פעם דימעה, חושבת על התקופה הארוכה שלא תתראה עם משפחתה הקרובה. הנחמה היתה, שיעשו מהר כסף, שיאפשר להם לחזור לארץ.

היום, שבע שנים מאוחר יותר, מירב, 19, נשואה כבר חמש שנים באושר ועושר לחקובו. אחותה מיכל, 17, נשואה אף היא ואם לבת. רק פלאית הקטנה, 10, עדיין לא משודכת.

בלובי המהודר בקומה ה-16 של הילטון, נראית מירב כאילו פסעה מתוך תצלום של ה„ווג". תמירה מאוד, דקת גיזרה, עדוייה תכשיטים יקרים, בגדים שניקנו בבוורלי הילס, מאופרת בקפידה, ואין שום דמיון בינה לבין הצברית שנלחמה בשיניים להמשיך לגור בנאות-רחל.

אלוני היה בארץ בעליו של מיפעל לחולצות ולכרים. בתקופת המיתון הפסיד כסף רב. בת-דודתו נישאה למכסיקני, והלה הציע לאלוני לנסות את מזלו בארצו.

מירב, בעברית במיבטא מכסיקני בולט: „לא רציתי לנסוע, לעזוב את הכל, ולצאת לעבר הבלתי ידוע, למקום שאפילו את שפתו אני לא מכירה. הסבירו לנו, שהמצב הכלכלי בישראל קשה. לא היתה ברירה. התנחמנו בזה שאבא כתב לנו בפירוש, שלא נמכור את הדירה. רק נשכיר".

במכסיקו פתח אלוני חנות לבגדים עממיים, זולים מאוד. פרנסה ברווח. לילדות היו החודשים הראשונים קשים מאוד מבחינה חברתית. הן נכנסו לבית ספר יהודי של עדות המזרח, הר-סיני. שליח מיוחד לימד אותן את השפה, אך לקליקות הסגורות בכיתה היה בתחילה בלתי אפשרי להצטרף. מדי יום התחננו הבנות לשוב לישראל. ההתלבטות היתה גם נחלת ההורים.

בחג הסוכות הראשון שעשו במכסיקו, הוזמנה מירב לסוכה של בת משפחה, בה התארחו כ-100 בני משפחה. מירב בת ה-12 וחצי נראתה מבוגרת מגילה, ומשכה מבטים סקרנים מצד היושבים. הציגו לה שאלות קנטרניות. ביקשו שתעשה סיבוב, תקום, תשב, וחקרו מנין באה. כמה פעמים שאלו לשמה, ולא הצליחו לבטא אותו. מירב נעלבה והסתלקה.

מה עושה מירב, אשה נשואה בת 19? בבקרים נפגשת עם חברות למישחק קלפים ולרכילות על בגדים. בערב – יוצאת עם הבעל למסעדות. אחותה, מיכל, 17, נשואה ואם לילד

אחד הנוכחים היה חקובו כוכב, בחור צעיר. למחרת ביקש מבת דודתה של מירב, שתסדר לו פגישה איתה. „בת-דודתי הסבירה לו, שאני רק בת 12, אבל הוא לא ויתר. עוד באותו ניגש לדודו, והודיע לו שאני אהיה אשתו. במכסיקו בחורים בני 18 מבוגרים מהישראלים. הם עצמאים לגמרי, עובדים, מחזיקים מכוניות משלהם, מרוויחים. לחקובו היה עסק למימכר בדים שפתחו לו הוריו, כשהיה בן 16. היום הם מוכרים בשני מיליון דולר לחודש, מיליון וחצי מטר בד".

נישואי קרובים מקובלים בקהילת הספרדים במכסיקו. חברי הקהילה לא מקיימים כמעט כל מגע עם אנשים זרים, ההפרדה בינם לבין האשכנזים מוחלטת. עם זאת כשבא חקובו לאלוני וביקש ממנו רשות לצאת עם בתו, חשב אלוני שזו מין בריחה. ילדה בכיתה ז' עם בחור בן 18. הצחיק אותו. כשסיפר על העניין לבת-דודתו כקוריוז, היא הסבירה לו שהבחור רציני, ממשפחה טובה.

מסע השיכנועים נמשך, בלי שמישהו טרח בכלל לשאול את פיה של מירב. גם במכסיקו יש לילדות צעירות חברים, אך בערבים הם כמעט ואינם יוצאים. לכל היותר מצטרפים להורים למסעדה ביום ראשון, ולפעמים לקולנוע.

מירב: „חקובו דווקא מצא חן בעיני, היה חתיך. אבי הסכים לבסוף שנצא. יצאנו לדיסקוטק, ולהופעה של קליידרמן. הוא דיבר מהר, ולא הבנתי אף מילה מדבריו. בפגישה השניה, כעבור שבוע, ישבנו בהים אחד בשני, בלי להוציא הגה. אחר כך הוא אמר, עצבני, שבפעם הבאה יזמין אותי לאכול גלידה בלונה-פארק. הוא גם אמר שאשכח ממנו, אם אצא עם בחורים אחרים.

„עברה חצי שנה, ולא שמעתי ממנו מלה. היה שולח מדי פעם שושנה. יום אחד שלח פרחים, עם מספר הטלפון שלו. לא רציתי להתקשר, נעלבתי מההיעלמויות שלו. אמא הכריחה אותי להתקשר להודות לו. בטלפון הוא הזמין אותי ללונה-פארק. הייתי מאושרת. אחר-כך שוב ניתק מגע, שמר אותי על אש קטנה, שלא אצא עם בחורים אחרים".

בקהילה הספרדית במכסיקו נחשבת בחורה בת 17 ל„פאסה", מספרת מירב. השידוכים מתחילים בגיל 14. „בארץ זה נראה מצחיק, לא יאומן. גם ההורים שלי צחקו בהתחלה. אחר-כך התרגלנו. אחרי כמה שנים התחלתי לחשוב כמו מכסיקנית. הבנתי שהם רוצים למנוע התבוללות. זו חברה סגורה מאוד, אין יוצא ואין נכנס".

בינתיים גילה חקובו את הדת. הפליירבוי הנאה החליט לחזור בתשובה. התהליך נמשך כמה שנים, והיום הוא מדבר על התחרדות מלאה שמירב תחבוש פאה, והוא ילבש בגדים שחורים – והיא בינתיים אומרת אמן.

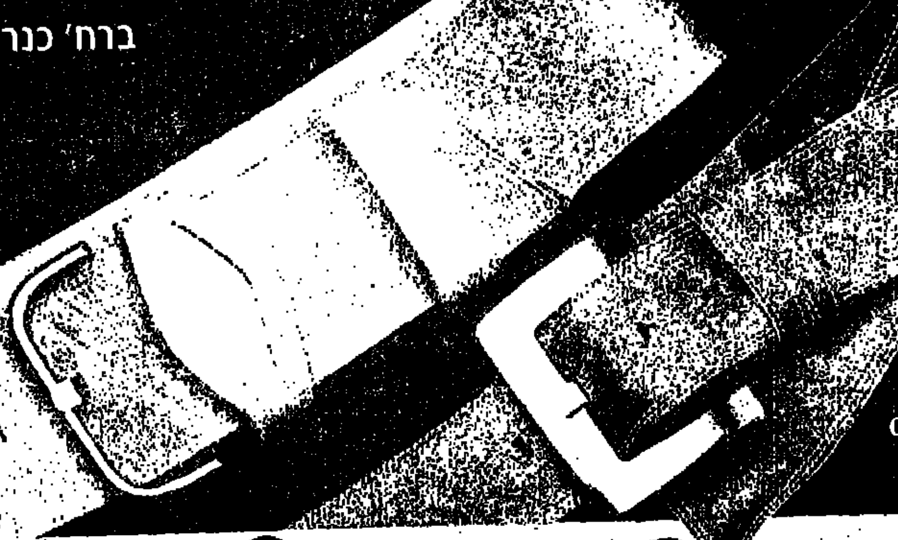
כשהחלו לצאת ברצינות, ביקש חקובו מאימו לרכוש עבור מירב בגדים בלוס-אנג'לס, מלתחה מתאימה לחברה של בן משפחת כוכב. מירב התביישה לספר להוריה על ערימות הבגדים שקיבלה, וכל פעם היתה מביאה הביתה פריט אחד.

כעבור זמן מה שלח חקובו את אביו לאביה, לבקש את ידה. נפגשו במסעדה, ודנו בתנאים. אלוני ערך את האירוסין, וקנה את שימלת הכלה. משפחת הבעל נתנה למירב בת ה-14 מכונית, פרוות, יהלומים. יום לפני החתונה נערכו לצעירים מסיבות רווקות. חקובו הגיע הביתה מהחגיגה ליילי כשהוא מלווה בשש תזמורות שניגנו סרנדות מתחת לחלונה של מירב. בליל החתונה עצמו ערמו את כל המתנות, כולל המכונית, במרכז האולם.

במתנות חתונה קיבלה מירב בת ה-14 מכונית, פרוות, יהלומים. בליל החתונה נערמו המתנות במרכז האולם. רוב המתנות נרכשו בלוס-אנג'לס

חייהם כזוג נשוי מתנהלים על מי מנוחות. לבית צמודים שתי עוזרות ושומר. בבוקר מבקרת מירב אצל אימה. פעם בשבוע היא נפגשת עם חברות נשואות למישחק קלפים. הן מרכלות, בעיקר על בגדים. בערבים יוצאים היא וחקובו למסעדות, כשרות כמובן. הם חיים במכסיקו, רחוקים מהמלחמות בין חילונים לדתיים. מדברים הרבה על הארץ, ולפעמים גם תורמים קצת, בשביל המצפון. לא אחת הדבר המסעיר ביותר שקורה, היא אימרתה המרושה של חצאית השכנה, מהבית הסמוך.

מירב אלוני: השידוכים במכסיקו מתחילים בגיל 14. בחורה בת 17 היא כבר 'פאסה'



אבי חגורות חמש עשרה שנה של אופנה מחמיאה

עברנו למשכננו החדש
ברח' כנרת 15, בני ברק (מול קניון איילון)
טל. 03-5708160-8-9
לרגל ההתחדשות והשיפוצים
מכירה מיוחדת במחירי המפעל
מבצע! חגורות מעודפי ייצוא
במחירים מפתיעים
עד גמר המלאי

חגורות * תיקים * ארנקים * ואביזרי אופנה

אבי חגורות חנות המפעל:
רח' נגבה 11-9 ר"ג טל. 03-772553
המכירה לסיטונאים וליחידים

לאבי חגורות מיטב הברכות! **דה פלייס** מוהליבר 18 ת"א טל. 03-651621-2

לאבי חגורות המשך תנופה ופיתוח מאחלים: **"שרות למזגני אוויר"** נמל ת"א (מחסן 2) טל. 03-5463511

לאבי ואילן ברכות מקרב לב עם ההתרחבות מאחלים: **ורד ביטוח** הנהלת רוזנברג עודד וצוות העובדים

לאבי חגורות לרגל המעבר למשכן החדש ברכותינו מאחלים: **TOPPER**

לאבי חגורות לרגל המעבר למשכן החדש ברכות חמות מאחלים: **שרה ופרידה נלי וקרן שלי ורוני קופרשטיין**

לאבי חגורות לרגל המעבר, המשך הצלחה ושגשוג **סהר – שלטים בע"מ** המרץ 6 ק.אריה פ"ת טל. 9225503

לאבי חגורות זר ברכות! **סלומון** רשת בתי אופנה ברחובות רח' הרצל 163 רחובות רח' הרצל 149 רחובות

לאילן ואבי עלו והצליחו במשכנכם החדש **מחברת מלי ליין** משלחים בינלאומיים בע"מ רח' החרושת 6 ת"א טל. 03-383366

לאבי חגורות ברכותינו! תעשיות-מוצרי עור בע"מ טל. 08-467303

לאבי חגורות המשיכו להעפיל מעלה בהצלחה! **בית אבות גאולה** וכל צוות העובדים רמב"ם 29 גבעתיים טל. 03-313846 בן גוריון 51 בת"ים טל. 03-861144

לאבי חגורות זר ברכות! **קופרפיש נתן** אבזמים ואביזרי מתכת לתיקים, חגורות ונעליים טשרניחובסקי 17 ת"א טל. 03-654865

לאבי חגורות המשך הצלחה במקום החדש **עמי את דנון** אביזרי אופנה ואבזמים ת"א טל. 03-822802

VALOR CREATIONS VARDI WOLLOCH לאבי ואילן המשך שווק לחו"ל TORONTO – CANADA

לאבי חגורות המשך שגשוג ועליה מאחלים: **מפקנים סרטקס בע"מ** רח' העבודה 16 בת"ים טל. 03-5516866

לאבי חגורות צרור ברכות לרגל המעבר מאחלים: **אגרו כלי** הספקת כלי עבודה וציוד טכני יגאל אלון 74 ת"א טל. 03-332541

לאבי חגורות עלה והצלח במשכן החדש מאחלים: **ר. שאלתיאל** סוכני מכס בע"מ מזא"ה 56 ת"א טל. 03-616093, 623699

לאבי חגורות לרגל המעבר למשכן החדש ברכותינו והמשך שיתוף פעולה פורה! מאחלים: **תיקי AA** מוצרי עור בע"מ א. התעשיה מגדל העמק טל. 06-541986

למעסיקים העסוקים אבי ואילן חגורות מכל הלב מנחם שמילוביץ דבי קופרשטיין נוגה יהלום דובי קרמי אתי מרגו

לאבי חגורות המשך הצלחה ושגשוג במשכן החדש מאחלים: **רוקה עור-דלתא עורות** טל. 03-912467, 965613

לאבי חגורות צרור ברכות **DOTAN דותן** תיקים ומוצרי עור בע"מ מבוא חותן ד.נ. צפון השומרון טל. 06-322501

לאבי חגורות לרגל המעבר איחולי הצלחה **Naor** יבוא וייצור ארנקים אקסלוסיביים רח' הס 6 טל. 03-660243, 5101738

מצטרפים לברכות מכל הלב **רחל חגיאל ואיתן כהן**

לאבי חגורות לרגל המעבר איחולי הצלחה! **אברט יצחק** בית"ר לייצור אבזמים וקישוטים הפלך 6 יפו טל. 03-825246

לאבי חגורות לרגל המעבר למשכן החדש איחולי הצלחה ושגשוג מאחלים: **צהובי, שנן לופסה ושות'**

לאבי חגורות שאו ברכות! מאחלים: **תפרגע – סוכנויות ארטון** יבואנים וספקים לאביזרי טקסטיל נחלת בנימין 63 א' ת"א טל. 03-622046, 622662

לאבי חגורות ברכותינו לעסקים טובים! מאחלים: **עדי אביזרי אופנה** רח' כפר גלעדי 37 ת"א טל. 03-825686

לאבי חגורות לרגל המעבר, מיטב הברכות והאיחולים! מאחלים: **ש.ל. טכנוטרייד** שיווק בע"מ יסוד המעלה 68 ת"א טל. 03-370306

לאבי חגורות עלו והצליחו במשכנכם החדש מאחלים: **בוטיק מירה** אופנה תוססת שאינה נגמרת אבן גבירול 185 ת"א טל. 03-442408

המדור נערך ע"י מדור פרסום, תושיה 6 ת"א, טל' 339884 (18 קוים)

השבוע

20-26.1.88

שקם · ארבעים שנה

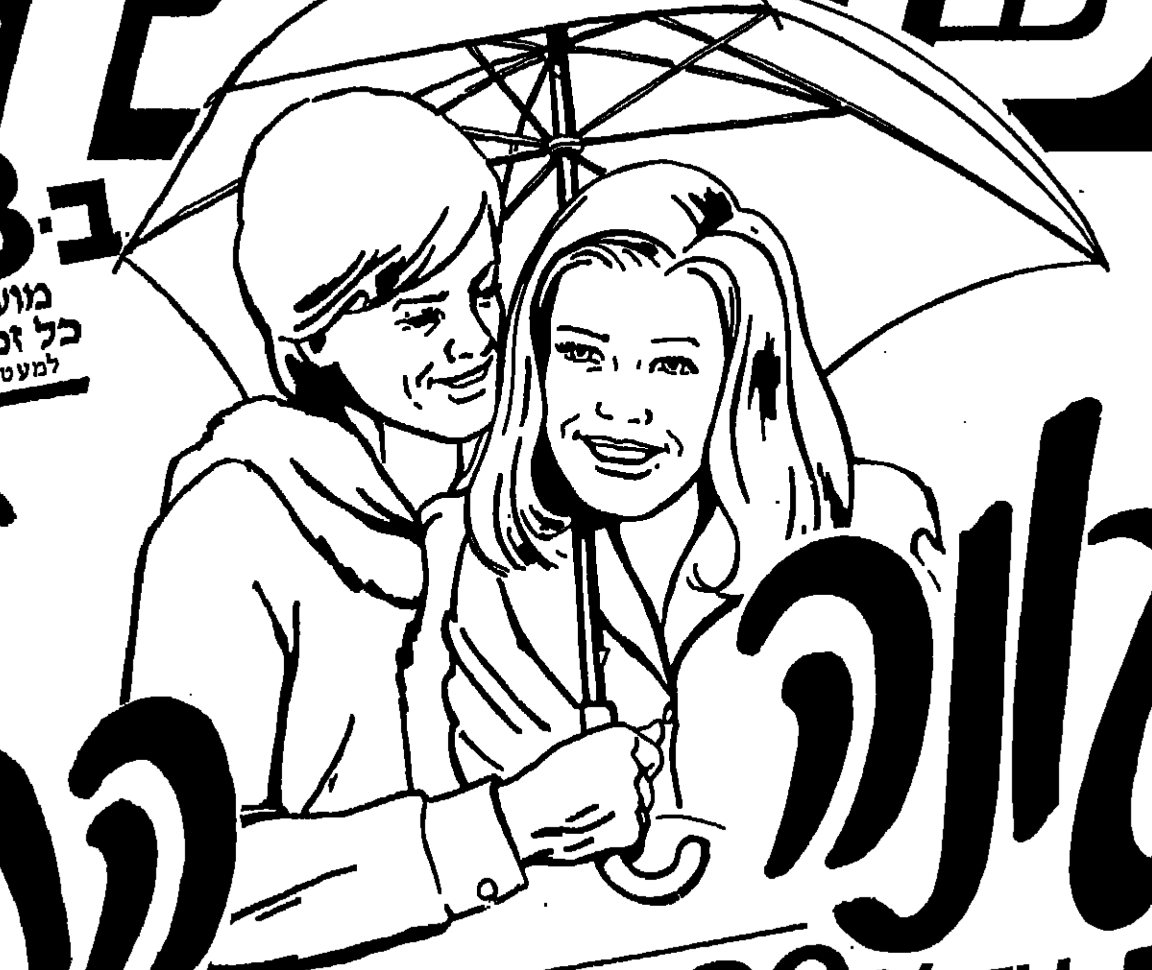
מכירת סוף-העונה

הלבשת נשים, גברים וילדים • עד 30% הנחה על מוצרי חורף בנוסף להנחת "שקם"

התחילה

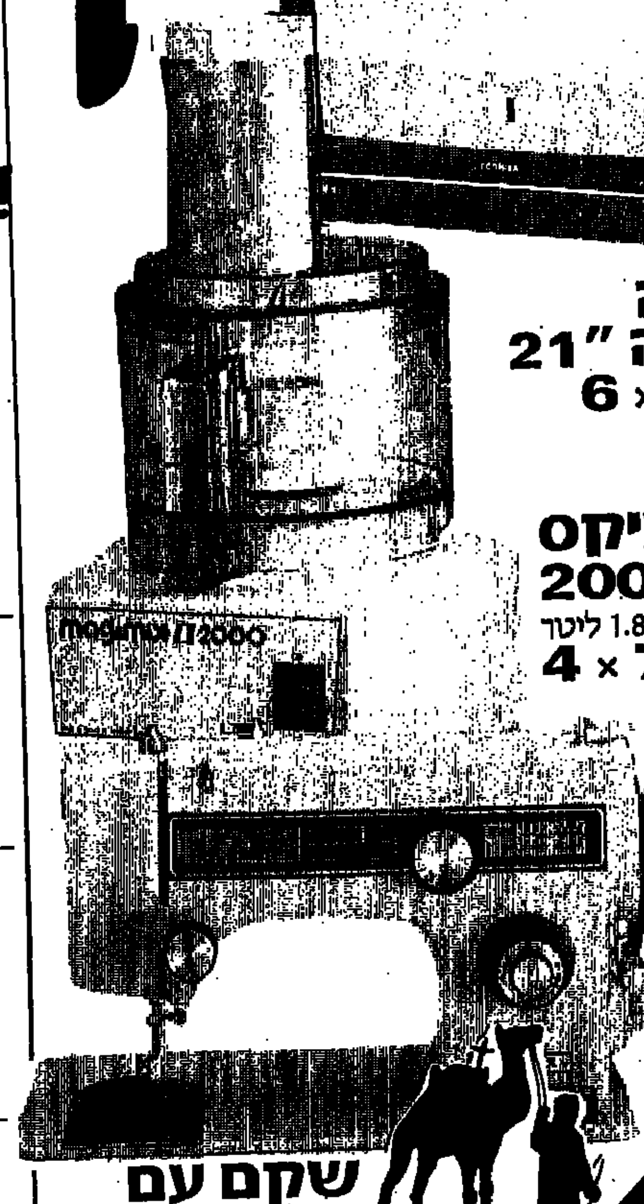
קנו היום שלמו ב-1.3.88

מועדון שקם מ-50 ש"ח
כל זכאי הקניה מ-80 ש"ח
למעט מוצרים חייבי ריבית



קניה עם בטחון

טלוויזיה טושיבה 21"
6 × 360.-



מג'ימיקס 2000
600 ואט 1.8 ליטר
4 × 71.-

שקם עם מרדיקס נותנים טיול למצרים.

להיטי השבוע

סלט דגים/תחליף לקס
350 גרם "מטוב"
4.39 ~~5.70~~

פלמידה מעושנת
(במעדניה בלבד)
1 ק"ג "מטוב"
9.75 ~~11.20~~

זיתים ירוקים מנזלינו
טעם שום
340 גרם "גרבורג"
1.54 ~~1.97~~

זיתים שחורים מנזלינו
בחומץ יין
340 גרם "גרבורג"
1.63 ~~2.09~~

טונה "בנוסח אמריקה"/"בלו מרין"
180 גרם "יונה"

בשמן רק 2.75
במים רק 2.57

סרדיני "כנרת"
120 גרם "יונה"
1.- ~~1.35~~

נסיכת הנילוס
1 ק"ג
5.90 ~~8.90~~

תה "מלרוז"
1/100 "אלון"
2.43 ~~2.80~~

עוגת קרנץ
רק 2.80

עוגת אנגלית
רק 2.45

עוגיות "צימוקימבו"
קופסא 700 גרם "מזוז"
5.35 ~~6.91~~

פסטיבל המרקים של "ויטה"
מרק 5 כוכבים: בצל, צ'ורבה רומני, אספרגוס, גולש, פטריות יער, ירקות אביב, עגבניות, אפונה
רק 0.79

קונפיטורות 778 בית יצחק
330 גרם
פטל, דובדבנים, אוכמניות, תות יער, משמש, אפרסקים, שזיפים, תות שדה
2.09 ~~2.69~~
תפוחים
1.69 ~~2.17~~

"טיטולים"
רק 15.45

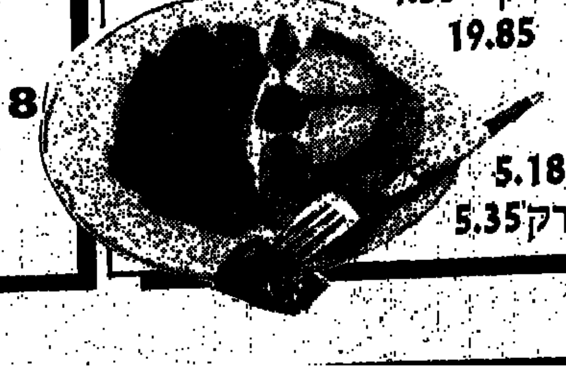
"פנטסטיק" מרכך כביסה
1 ליטר קדם
2.11 ~~2.86~~

סבון "לוקס"
140 גרם
רק 0.75

"טמפקס"
40 יחידות
סופר 7.70 ~~11.34~~
רגיל 7.20 ~~10.73~~

מסחטת פרי הדר
רק 20.60

ממפעל הבשר של "שקם"



גולש ריאות עגל 1 ק"ג רק 4.55
צלעות עגל 1 ק"ג רק 19.85
כתף עגל 1 ק"ג 17.25
נקניק הודו מובחר 500 גרם רק 5.18
נקניק קוניאק 400 גרם רק 5.35

מבצע "שטיחי כרמל"

שטיח צמר "רויאל" ~~126.-~~ 85.-
שטיח אקרילן "טשקנט" ~~114.-~~ 105.-

8 תשלומים ללא ריבית לחברי מועדון שקם
6 תשלומים שווים ללא ריבית לזכאי הקניה
ובנוסף שטיח 120×60 חינם
לקונה בסכום מעל 500.- ש"ח

מבצע "מטע"

החלות ענק
למוצרי "ורד הגליל"
"778 בית יצחק" ו"אפיכל"
חינם אריזת שי של 3 תמציות "מטע" לכל הקונה 5 מהמוצרים המשתתפים במבצע.

מבצע "חוגלה"

מוצרי הנייר האיכותיים של "חוגלה" נייר טואלט מגן תחתון ומוצרי "כליק" במבצע הנחות ענק

חנויות "שקם" פתוחות...

אבן גבירול – ת"א, נתניה, ראשל"צ, אשקלון אשדוד, טבריה, נתיבות, ק. מוצקין, חיפה, אילת בימים א'–ה' פתוחות עד 20.00

חנות באר-שבע פתוחה
בימים א', ב', ג', ד' עד 20.00 יום ה' עד 24.00
קומת הסופרמרקט

חנות "שקם" בקניון – ר"ג פתוחה
בימים א', ב', ג' עד 22.00
בימים ב', ה', עד 24.00 מ-22.00 קומת הסופרמרקט.
החנות פתוחה בכל מוצ"ש עד 24.00

יותר חזק מבטון

„מה שטוב לבנייה, טוב גם לבניית רהיטים", אומרים חברי קבוצת „ב.א.ד", שלישיית מעצבים חדשה ■ ברוח זו הם יוצרים שולחנות כתיבה ומנורות מברזל וזכוכית, כוננית מפח. עיצוב חדשני וייחודי ■ מקום ראשון בתערוכת „עיצובים 88". במסיבה הגדולה בתחנה המרכזית, עיצבו מערכת כורסאות ווילונות מבטון

■ **חוה קרוון**

המלה הנפוצה ביותר בימים אלה היא „עיצוב". כמעט כל דבר שעושים היום הוא מעוצב. מעצבים בגדים, שיער, ריהוט, נוף, תכשיטים. יש מעצבי תדמית, ושמעתי כבר על מי שמעצב עוגות. ואם כל־כך הרבה עיצוב יש מסביב, נשאלת השאלה מדוע יש כל־כך הרבה כיעור מסביב. אולי יש סיכוי, שתודעת הציבור ביחד עם דורות של מעצבים־לוחמים, יצליחו ליפות את החיים. צוות המונה שלושה צעירים נכנס באחרונה לזירת העיצוב, וכבר משאיר בה סימני היכר מובהקים. השלישיה המכנה עצמה „ב.א.ד", הם אורית סימן־טוב, (26), דורון פנחס (29), ובראנט קרטנר (35). ב.א.ד הם ראשי התיבות של שמותיהם. אורית ודורון הם גם חברים לחיים. שניהם סיימו את הפקולטה לארכיטקטורה בטכניון בחיפה. בראנט, הצלע השלישית, בונה מודלים מדעיים למכון וייצמן ברחובות. לאורית ולדורון ראש אקדמי יותר, לבראנט ראש יותר מעשי.

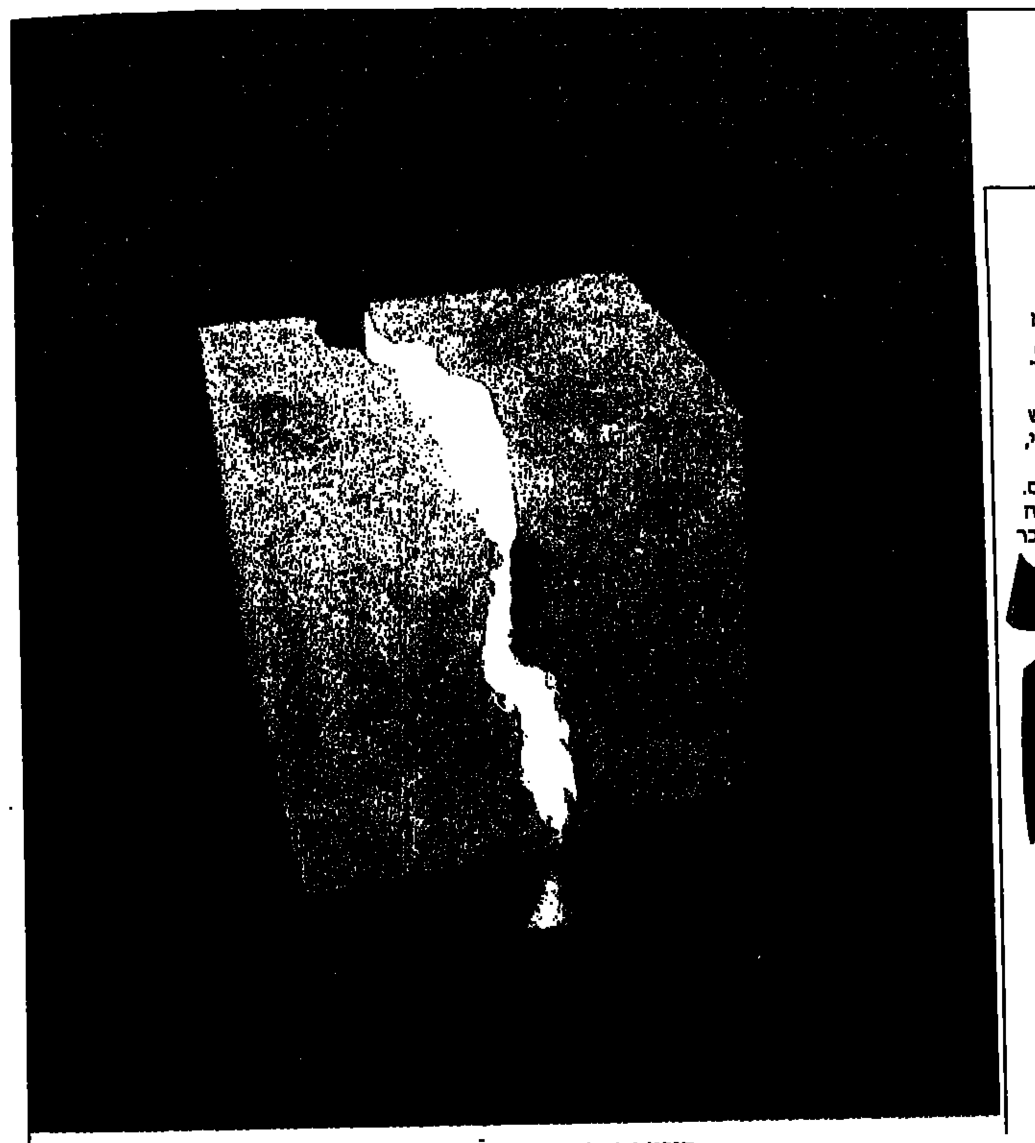
פגשתי אותם בדירתו של בראנט אותה הוא מחלק עם הצלמת מירי דווידוביץ. „כאן תוכלי לראות את העיצובים שלנו בפעולה", אמרו לי. ובאמת, הספרים מסודרים על כוננית עשויה מחומרים לא־שיגרתיים: עמודי ברזל ומדפים עשויים מלוחות פח מרוג, המשמשים בדרך כלל לכיסוי משטחים גדולים כמו רצפות, מדרגות אוטובוסים ורצפות מעליות.

מדוע דווקא חומרים אלה? מפני שאלה הם חומרי בניה, ומה שטוב לבניה בכלל, טוב גם לבניית ריהוט, לדעתם. כך מעוצב גם שולחן כתיבה מבטון, ברזל ולוח זכוכית עבה ומלוטש. על־ידי חומרים אלה, הם מיישמים את עיקרון הבניה המורכב ממאסה, קו ומשטח. המסה היא הבטון, הקו הם עמודי הברזל והמשטח הוא הזכוכית. תשומת לב מיוחדת מקדישים השלושה לעיצוב מנורות. גם הן עשויות בטון, ברזל ולוחות נירוסטה. הבטון, משמש כמשען על הרצפה; עמודי הברזל מרימים את המנורה לגובה; ולוחות הנירוסטה תוחמים את האור ומוסיפים אלמנט צורני. המשען מבטון עשוי כמרובע או כמשולש.

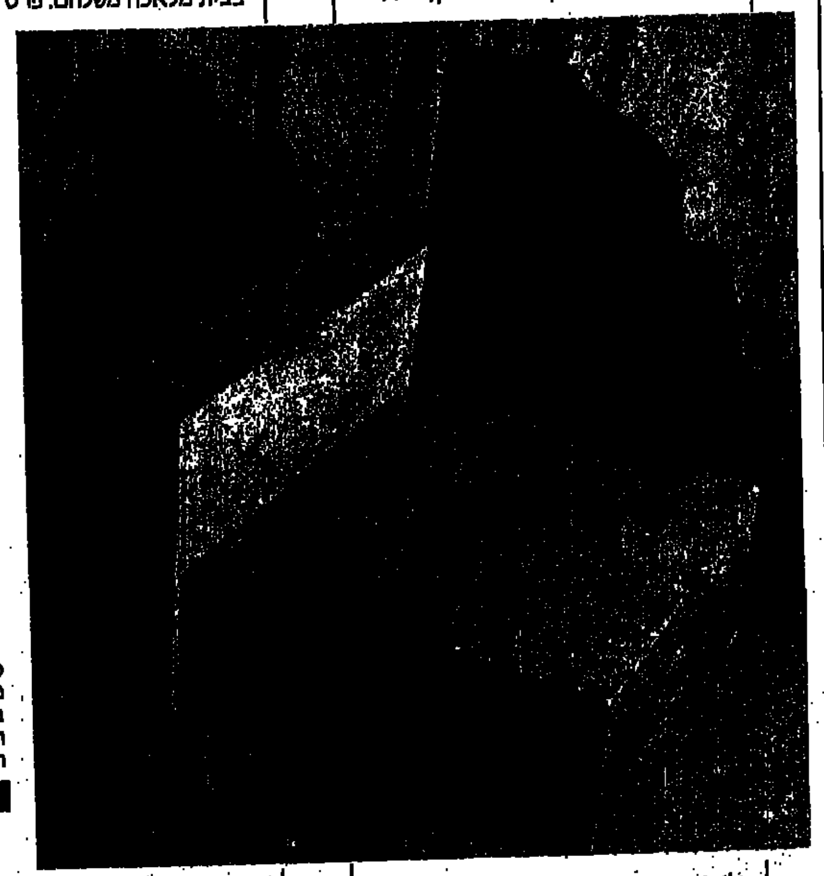
יש מנורות עשויות בטון בלבד: קוביה שבורה, כשבקו השבר שלה עובר האור, או עמוד עגול חתוך לשניים. מנורות אלה הם גופים פיסוליים מאירים, יפים ומיוחדים.

למרות שב.א.ד היא קבוצת עיצוב חדשה, הספיקה כבר להציג את עיצוביה בפני קהל, בתערוכת „עיצובים 88". הם תיכננו וביצעו ביתן מקורי ביותר לחברת „אינטר דקור", שזיכה אותם בפרס ראשון של עיצוב בתערוכה.

עבודה קודמת שלהם היתה עיצוב חנות במסיבה של עיתון „העיר", שהתקיימה בתחנה המרכזית החדשה של תל־אביב. שם העמידו כורסת בטון וברזל, ווילונות שנראו כמו־מתנופפים, היו עשויים מבד טבול בבטון, מה שהעניק להם איכות מובילית, למרות שהיו סטאטיים לגמרי. יש כבר לקוחות, ויש הזמנות לריהוט ולמנורות. חנות בדרום העיר אימצה אותם, מוכרת את מוצריהם ומעמידה לרשותם מקום עבודה מתאים, עד שיוכלו להתמקם בבית מלאכה משלהם. פרט לעבודתם המשותפת עוסקים השלושה בעבודות נוספות. אורית ודורון, אדריכלים על פי הכשרתם, מצפים לפרוייקטים רציניים. הם כבר תיכננו וילה בירושלים, ועובדים על וילה נוספת בבאר־יעקב. לומדים להבין שצריך לתמרן בין טעמו של הלקוח והעקרונות האמנותיים שלהם. את הבית הפרטי יבנו, בבוא היום, גדול, פתוח, עם מעט רהיטים וחפצים.


קוביית בטון כמנורה: האור עובר בקו השבר

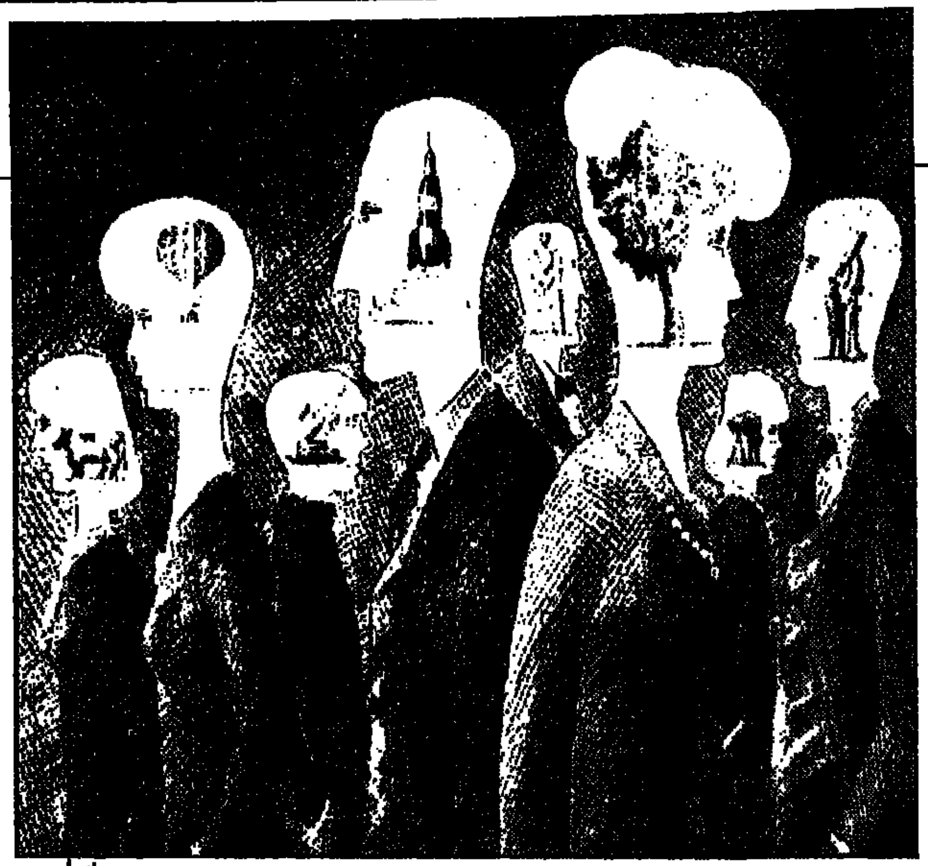
מימין לשמאל
אורית סימן־טוב: העקרון האמנותי והלקוח
בראנט קרטנר: הראש המעשי
דורון פנחס: ראש יותר אקדמי
[redacted]


כורסה ווילונות מבטון: הוצג בתחנה המרכזית החדשה
[redacted]

הביתן שזיכה את השלישיה בפרס הראשון בתחרות „עיצובים 88"
[redacted]

העבודה היא חיינו

כל אחד מאיתנו מתייחס לעיסוקו על פי אישיותו ■ ד"ר טיבי קאהלר, פסיכולוג אמריקני, איבחן שישה טיפוסי עובדים אופייניים: המכורים לעבודה, החולמניים, היוזמים, המגיבים, המורדים והמתמידים ■ תורת הניהול הנבון, מזר פרחים ומלה טובה ועד בונוס


(איור: פיטר טיל)

■ **צ'רלס דוני**
מיוחד ל„ידיעות אחרונות"

עשר שנים היתה מנהלת חרוצה ויעילה. בשלב מסויים, התפוקה שלה החלה לרדת בהדרגה. הבוס ניסה טכניקות רגילות של העלאת תפוקה – קביעת מיכסות, תשלום פרמיות, אבל זה רק גרם לה לעשות יותר ויותר שגיאות. לבסוף הציע לו חבר הצעה ידידותית: להביא לה זר פרחים מדי יומיים, ולסעוד אתה ארוחת־צהריים מדי יום ששי. השיטה עבדה, והיא חזרה למלוא כושרה.

מנהל בנק מבלגיה שם לב שמרבית עובדיו הציבו על שולחן העבודה שלהם תצלומים של בני־משפחה, עציץ קטן, צעצועי מנהלים. נדמה היה למנהל, שהפריטים האישיים הללו עלולים להפריע ללקוחות. הוא הורה להסירם מהשולחנות. פריון העבודה והמוראל של העובדים ירד פלאים. הם התחילו לשגות ולהתהלך מדוכדכים. המנהל גנז את ההוראה שלו, הפריטים האהובים שבו לשולחנות, והשגיאות נעלמו כלא היו.

שני המקרים הם דוגמה לצורת ניהול הלוקחת בחשבון את הצרכים האישיותיים של העובדים. המנהלת היעילה ופקידי הבנק היו „טיפוסים מגיבים", כאלה הזקוקים לגילויי חום ותמיכה אישיים, המשדרים להם שעבודתם מוערכת, ואז הם מגיבים בהעלאת פריון ותפוקה. גילויי רגשות חשובים לאנשים מסוג זה יותר ממחוות הגיוניות, כמו פרמיות או בונוסים. הם מעריכים מאוד שיחות אישיות, ואוהבים לעבוד בקבוצות.

ד"ר טיבי קאהלר, פסיכולוג, זיהה חמש קבוצות נוספות של סוגי אישיות, ואת הדרך הטובה יותר להגיע אליהם ולהפיק מהם את המקסימום בעבודה: המכורים לעבודה („וורקהוליקס"), המורדים, החולמניים, המתמידים והיוזמים־הרתחנים.

שש הקבוצות מוינו לאחר שנים של איבחון קליני", מסביר ד"ר קאהלר. „לכל אחד מאיתנו צרכים שונים וסיגנון אחר בתקשורת בינאישית. כאשר הצרכים הללו לא נענים במסגרת העבודה, אפשר להיכשל בקלות בתיקשורת עם העובדים".

■■■

ד"ר קאהלר הקים חברה המשתמשת בגילויים שלו ומפיצה אותם בארה"ב, קנדה, אירופה, אמריקה המרכזית והדרומית. לחברה שישה סניפים גדולים בארה"ב, ושלוחות בפורטוריקו ובבריסל. „אחיות, דיילות, מורות בבתי־ספר עממיים ועובדים סוציאליים משתייכים לסוג הראשון, של המגיבים והזקוקים לגילויי רגשות. הם יגיבו היטב לאמירות כמו: 'אני שמח לראות אותך', 'טוב שאת/ה כאן', 'אנחנו מעריכים מאוד את עבודתך'", מפרט ד"ר קאהלר.

„הם גם אנשים שלא סובלים סביבה פיזית קרה או חמה מדי, עמומה או מלאת עשן מדי", מוסיף ד"ר ג'ק ואנדר־ואורה, מנהל חברה לייעוץ באריזונה. „כדי שהסוללות הנפשיות של המגיבים יהיו מלאות, הם חייבים לעבוד במקום בו יחושו כבקן חמים".

אחת הדרכים המזיקות ביותר לעובדים מסוג זה, היא לדרוש מהם תפוקות־תשומות, לדבר אתם באחוזים ובמספרים. הם יגיבו בצורה מוגזמת כדי למצוא חן, ייטלו על עצמם עבודה רבה מדי, וזו דרך בדוקה להרבות בשגיאות. „אבל אין טיפוס טהור, ובכל אחד מאבות־הטיפוס הללו יש תכונות מעטות משל הטיפוס האחר", מציין ד"ר קאהלר.

אצל המכורים לעבודה – הגישה הפוכה. אסור לגשת אליהם בגישה אישית מדי. על נסיון כזה הם ישיבו ב„מה שאתה חושב עלי אישית, לא כלול בתנאי החוזה שלי", או באמירה אחרת מעין זו. המכורים זקוקים ללוח זמנים מפורט: כמה זמן יש להם לביצוע, ומהו המועד האחרון לסיום הפרוייקט. צריך להתעניין בהגיון הברזל שלהם, ולשאול לדעתם על פרוייקט זה או אחר. כמובן, אסור שייגרם להם ביזבוז זמן. כשמקיימים עם מכור־לעבודה שיחת עבודה, צריך לפתוח ולומר: „יש לנו חצי שעה, ובזמן הזה אני רוצה שנספיק את הדברים הבאים..."

המכורים מדורבנים על־ידי מטלות קבועות מראש, ומסוגלים לעבוד לבד. בתחום העבודה, הם מותנפים מאוד על־ידי פתקי־תודה, בונוסים למיניהם, מכתבי הערכה. אבל כשטיפוס כזה עובד תחת ניהול לא טוב, הוא ייקח על עצמו הרבה מדי ויעסיק מעט. שגיאותיו ירבו, בראשן תחרותו, וכל זה יוביל אצלם לבעיות משפחתיות. הטיפוסים הללו נמשכים בדרך־כלל לתחומים כמו הנדסה, רפואה ומדעי המחשב.

את המורדים, הטיפוסים המשועשעים והספונטניים, נמצא בדרך־כלל בתחומי עיסוק כפירסום, שיווק, ועיסוקים אחרים שבהם יוכלו להביע עצמם וליצור. רבים מהם עובדים כאמנים פרי־לאנס, מוסיקאים או כותבים. מרבית כוכבי הרוק הם מהטיפוס הזה.

הם לא סובלים לוח זמנים מדוקדק, וזקוקים לגירויים מרובים בסביבת העבודה שלהם – מוסיקת רוק, כרזות צבעוניות. משרדיהם נראים ונשמעים כמו חגיגת אנרגיה אחת גדולה. הם לבושים בסיגנון זרוק ומקושט, ויש להם היכולת להגיד מייד „כן" או „לא" להצעות שונות בעבודה, בלי לשקול פעמיים.

„הדרך הטובה ביותר לדבר על עבודה עם המורדן, היא בסגנון נמרץ, מתובל בבדיחות", מדגים ד"ר ואנדר־ואורה. „כי אם המורדן יחוש אותך כטיפוס אנרגטי, הוא ישתעמם מהר וינתק מגע". המורדנים הם בעלי יכולת עבודה עצומה. העובדה שהם מופיעים מאוחר לעבודה מתאזנת בכך שמרגע שהם עובדים – הזמן לא קיים עבורם, והם משקיעים את הנשמה בפרוייקט שהם מופקדים עליו.

החולמניים הם, מטבע הדברים, טיפוסים רגועים יותר ומיושבים בדעתם. אוהבים להתבודד, לחשוב, לדמיין. הם עושים רושם של מופנמים, לא מקדישים כמעט מחשבה להופעתם החיצונית, לאופנת לבוש. המשרדים שלהם פשוטים למראה, והם מעדיפים לסעוד את ארוחות הצהריים שלהם לבד. החולמניים נוטים לעסוק בספרות, תיכנות מערכות, ראיית־חשבון, ארכיבאות. לעתים הם גם טובים מאוד בעבודות־ייצור, ופונים לנגרות או לטכנאות.

החולמנים מפיקים מעצמם את המכסימום בסביבת עבודה שקטה, הרחק מקהל ומגירויים. הם פאסיביים בדרך־כלל, ועל כן מוטב שהמנהלים ידאגו לספק להם עבודה ולהסביר להם מה לעשות. לאחר מכן אפשר להיות בטוחים שהם יבצעו את העבודה כפי שצריך, יותר מדי פעילות מסביב תגרום להם לעשות שגיאות.

המתמידים קצת יותר פתוחים מהחולמניים. לעתים קרובות, מוצאים אותם גם בעבודות ניהול בכירות. יש בהם כוח ההתמדה להגיע לשם. הם יודעים להתבונן והם בעלי מצפון רגיש. יש להם דעות מעניינות על הנעשה סביבם. הם בוחרים בעיסוקים בהם יוכלו לבטא את דעותיהם, ומגיעים לתחומי הפוליטיקה המשפט, לפעמים גם לצבא.

איך מתנהגים אתם? כדאי לשאול אותם מה דעתם בנושאים שונים, ולהציב אותם בוועדות. הם מסורים, בעלי מערכת ערכים מוצקה, והשים מתחייבות פנימית לספר את העולם. כמו המכורים, גם הם זקוקים לאישור מתמיד על הצלחתם. הם אוהבים לקבל גילויי כבוד מהקולגות שלהם. במקרים של קצר בתיקשורת, המתמידים יוצאים במסעות־צלב להגן על השקפותיהם. הם נוטים לדרוש מאחרים הקפדה ועבודה קשה, בדיוק כמו שהם דורשים מעצמם. כשאחרים לא מבינים אותם בדיוק כפי שהם מצפים, הם יהיו ביקורתיים מאוד, ואפילו חשדנים וקנאיים עד חוסר אמון באנשים שאינם שותפים מלאים לדעותיהם.

הטיפוס המעלתני מכולם הוא היוזם. הוא מגלם בתוכו כמה וכמה תכונות טובות לעבודה: רב־תושייה, גמיש, מקסים. רצוי לספק לו פרוייקטים הדורשים השקעת אנרגיה רבה בזמן קצר. גם בזמנו הפנוי אוהב היוזם אקשן: רוכב על סוסים או צופה במירוצים, ולפעמים מהמר במשחקי קלפים על סכומים גבוהים.

בעבודה הוא מחפש אקשן וסיפוק מיידי. היזמים הגדולים של העולם נמנים עם הטיפוס הזה. יש להם חוש בלתי רגיל לקניות ולמכירות. הם בעלי כוח שכנוע, ויכולים לגרום לדברים לקרות מהיום למחר. הם לבושים בסיגנון מרהיב, כדי שאנשים ידעו שיש להם כסף. המוטו שלהם: „אם יש לך את זה – תצעק את זה".

אבל הסוג היזום, בדרך־כלל, יהיה חלש בפרטים. כאן הם יזדקקו לטיפוסים המכורים והמתמידים שיעבדו לצדם, וישלימו את הפרטים הקטנים, הכל־כך חשובים לפעמים. מתאים לפתות אותם להשתתף בפרוייקטים גדולים, אבל קצרי־טווח. לא תהיה להם סבלנות להשקיע במניות שאת פירותיהן יראו כעבור שנים אחדות.

הם אנשים בעלי עור עבה, והתנהגותם איננה בדיוק סמל הרגישות והעדינות. מי שלא יבין אותם נכון, ייקלע למערבולת של מאניפולציות שהיוזמים יודעים לתחבל.

המקצועות האהובים עליהם? לא נתפלא אם נמצא אותם בתחומים כמו סחר מכוניות או מועדוני־לילה.

■■■

לכל עובר ושבר יכולות, כמובן, להיות תכונות שונות השייכות לקבוצות אבי־טיפוס שונות. וכל אדם עלול להתחכך ולהסתכסך עם זולתו, בגלל אי־התאמה בין תכונות. ההתנגשות שנבעה מחוסר התאמה, ואשר בה טיפל ד"ר קאהלר, אירעה בין ארבעה מתכנני נוף.

שלושה מתכננים היו מכורים לעבודה קלאסיים. הרביעי – מורדן. המכורים לא יכלו לשאת את הרגל המגונה, לדעתם, של המורדן לבוא לשמח בשעות העבודה, לברבר, לספר בדיחות. אבל המורדן הזה תרם להם כמה מהרעיונות המבריקים ביותר לעיצוב, הלקוחות אהבו את הרעיונות שלו. משרד הארכיטקטים סער בגלל ההתנגשויות התמידיות בשטח.

ד"ר קאהלר מצא פיתרון מקורי: למורדן מותר לבוא לעבודה עם ווקמן צמוד ולשמוע את המוסיקה האהובה עליו, כשהוא מתחייב לא להתערב בעבודה של חבריו ולא לגזול מזמנם. הבעיות נפתרו. המכורים לעבודה עובדים באין מפריע, והמורד עושה חיים משוגעים עם המוסיקה האהובה עליו. מסתבר אם כן, שלבעיות קשות יש לעתים פתרונות פשוטים, ושהדרך הטובה מכולן לעשות מהכוך לא מותר משרד שלם של חיל קרבי.

> אסור לגשת ל'מכורים לעבודה' בגישה אישית מדי. על נסיון כזה ישיבו ב'מה שאתה חושב עלי אישית, לא כלול בתנאי החוזה שלי'. או באמירה אחרת מעין זו

> עובדים סוציאליים משתייכים לסוג המגיבים והזקוקים לגילויי רגשות. הם יגיבו היטב לאמירות כמו: 'אני שמח לראות אותך', 'טוב שאת/ה כאן', 'אנחנו מעריכים את עבודתך'

דניאלה יקרה

תאומים מלומדים

התאומים שלנו יתחילו ללמוד בכיתה א' בשנה הבאה. שניהם ילדים מאוד מוכשרים ותאבי־לימוד. האם טוב יהיה אם נתחיל ללמד אותם כבר קרוא וכתוב, כדי שיהיה להם קל בבית הספר?

עמי ואשתו

אני, באופן אישי, חושבת שזו טעות. אם הילדים ידעו לקרוא ולכתוב כשיגיעו לכיתה א' יהיה להם מאוד משעמם בכיתה, והם יתחילו להפריע או לא לשים לב למורה ולנעשה בכיתה. זכר, בלי כוונה, הם יקבלו הרגלי למידה גרועים שיכולים להזיק להם במשך כל שנות הלימודים בבית הספר. יש להם עוד כמה חודשים למשחקים – שישחקו ויהנו.

פרצוף חמוץ

כמעט בכל שנה בעלי שוכח את יום הולדתי ואת יום הנישואין שלנו. אחרי שבוע או שבועיים של פרצוף חמוץ מצדי, הוא נזכר פתאום, ואז הוא רץ וקונה מתנה ומזמין אותי למסעדה. זה לא מעצבן?

סיגל

כן, זה מעצבן, אבל זה מה שחיי הנישואין מנסים ועם זה צריך לנצח, כמו שאומרים בצבא. תאמיני לי שיש צרות גרועות מאלה.

רוצה להשתלב

נדמה לי שיש לי תשובות יותר טובות משלך לשאלות ששואלים אותך. איך אני משתלב במדור?

אלי יצחק

זהו, כבר השתלבת במדורי. אם אתה רוצה מדור כמו שלי, תעשה מה שאני עשיתי. שב בבית, ותחכה שיפנו אליך. לפעמים זה מצליח. דרך אגב יש לי רעיון. קח את המדור הזה. השמט את התשובות שלי, כתוב את שלך, ואני מבטיחה לך להעביר את מכתבך לעורכת המדור. איך אני בשבילך?

רגשות אשמה

אני רווקה בת 17. התאהבתי בגבר נשוי בן 32. טוב לי איתו, אבל אינני יכולה להשתחרר מרגשי האשמה כלפי אשתו והילדים. אני יודעת שאני צריכה לברוח ממנו והוא אמר שלעולם לא יתגרש, אבל אני לא יכולה. מה עושים?

אילנה

את בחצי הדרך החוצה. עשי נסיון של פרידה. אם תצליחי – טוב. ואם לא תצליחי, תחזרי אליו, וחכי עד שזה ייגמר מעצמו. לרוב זה נגמר.

מת לדבר

אני "מת" לדבר איתך. אולי תתני לי את הטלפון שלך בבית?

אבנר א.

יש לי רק טלפון אחד בבית, ואם אתן לך אותו – מה יישאר לי? אם אתה צריך טלפון, תפנה לבזק.

רק ידידים

אני יוצאת עם גבר נחמד כבר קרוב לשנה. הוא טוען שהוא אוהב אותי, אבל מוכן לקשר של ידידות בינינו ולא יותר מזה. אני מרגישה מנוצלת. מה לעשות?

נ. מכפר־סבא

לא בצדק את מרגישה מנוצלת. הבחור מציע לך ידידות. אם מוצא חן בעיניך קחי, אם את רוצה יותר – חפשי מישהו אחר.

מעשנים חשיש

רוב החבר'ה שלי מעשנים חשיש לפעמים. אני ממשיכה לסרב. אבל האמת שנמאס לי להיות חריגה, כי מתייחסים אלי כאל מישהי שמתנשאת. מה היית עושה במקומי?

החריגה

בעניין הזה נראה לי שנחמד מאוד להיות חריגה. אין שום סיבה שתעשי דברים בניגוד לרצונך, רק כדי להיות כמו כולם.

הרופא ואהובתו

חלוץ משתילי הלב, ד"ר כריסטיאן ברנרד, 65, עומד לשאת לאשה את קארין זלצקורן, דוגמנית בת 24. השניים מצהירים שבכוונתם להקים משפחה. "אני אוהב את קארין, ואני רוצה שהעולם ידע את זה", אמר המנתח המפורסם.

הרופא הדרום־אפריקני פרץ להיסטוריה לפני 20 שנה, כאשר ביצע את השתלת הלב הראשונה. הוא היה נשוי פעמיים בעבר ויש לו שלושה ילדים. בנו מנישואיו הראשונים הוא בן 37, מבוגר ב־13 שנים מאשתו המיועדת. לדברי ברנרד, הטעות הגדולה של חייו היתה שלא שהה מספיק במחיצת ילדיו, בגלל העבודה. "כעת אני רוצה להקים משפחה וליהנות מחוויות גידול ילדים".

הרופא והדוגמנית חיים יחד כבר 5 שנים. את קארין הוא מכיר מאז היתה ילדה קטנה. ברנרד נאלץ לפרוש מניתוחים לפני שנים אחדות, בגלל דלקת פרקים. מאז נסעו ברחבי העולם, ובהפסקות שהו בדרום־אפריקה וגם באוקלהומה, במרכז הרפואי הבפטיסטי בו ברנרד חבר.

לאחר נישואיהם, הם מתכוונים להשתקע בחוות הכבשים של ברנרד ליד קייפטאון, ולהיות מאושרים לנצח.

קארין: "אני יודעת שאמרו שכריס יכול להיות הסבא שלי. גם לי זה הפריע בהתחלה. אבל האהבה שלנו חזקה ואמיתית".

("אנקווירר", מיוחד ל"ידיעות אחרונות")

שעון להיפוכונדר

אם אתם נמנים עם אלה שרוצים לדעת כל הזמן מה קצב פעימות הלב שלהם, או אם אתם רצים בבוקר, רוכבים על אופני־כושר בערב ונכנסים לסאונה בצהריים, פעילויות שבהן חשוב לדעת מה הדופק – תוכלו מעתה לשאת על פרק היד מד־דופק. מדובר בשעון דיגיטלי, שעון להיפוכונדרים. הוא קורא את הדופק ומדווח

על סטיה באחוזים מהדופק הממוצע של עונד השעון. השעון מתאים גם לצוללנים, שכן הוא עמיד בעומק, עד 50 מ'.

מיובא על ידי חברת "אורלוגי" ומחירו לצרכן 110 ש"ח.

■ **נורית ארד**

קירסטי אלי: נגמר בהפי־אנד

כיסויים על כל דבר

חדרי־שינה או חדרי־ילדים יעברו שינוי מהפכני בעזרת כיסוי מיטה ווילונות תואמים. אם ישתמשו באותו בד גם לריפוד מושב ישנה או כיסא לשולחן טואלט – יקבל החדר מראה חדש, וכל זה במחיר זול בהרבה ממחירו של ריהוט חדש. אצל "רימונה דברים יפים לבית" (רח' למרחב 22, רמת־השרון, טל': 483238, 03־402340), אפשר למצוא מבחר בדים מיובאים מארה"ב ומאירופה,

בסגנונות שונים: כפרי, נוסח לאורה אשלי, הדפס פוזיטיב־נגטיב, וגם הדפסים מתכתיים, שמאוד מקובלים היום בעיצוב פנים. הכיסויים תפורים בסיגנון קווילטר, עם או בלי וולן. הווילונות מותאמים אליהם לפי סיגנון ההדפס: כפרי, זרוק, רומנטי, ספורטיבי או עתיק.

מחיר כיסויי־המיטה נע בין 99 ל־599 ש"ח. ניתן לרכוש במקום גם בד תואם לציפויי־קיר, מושבים ישנים או שרפרפים לטואלט, עם הפנייה לבעלי מקצוע שיבצעו את העבודה.

רימונה פליינט נוסעת כארבע פעמים בשנה לתערוכות בדים בינלאומיות כדי להתעדכן. השבוע היא מציגה ב"היימטקסטיל", בפרנקפורט, תערוכה בינלאומית יוקרתית למוצרי טקסטיל ביתיים.

■ **רות יולס**

הגמילה של וירג'יליה

קירסטי אלי, מכוכבות הסדרה "צפון־דרום", אולי לא מנצחת את הדרום בתפקיד וירג'יליה, אבל ניצחה במלחמתה הפרטית – היא התגברה על התמכרות לקוקאין. אלי זכתה באחרונה בתפקיד בסדרת הטלוויזיה הפופולרית בארה"ב, "Cheers". לכבוד התפקיד החדש, העניקה ראיון לירחון "סלבריטי", בו סיפרה על עברה, על הקריירה שלה ועל סיפור ההתמכרות, שנגמר בהפי־אנד.

"הייתי מכוערת כשהייתי בת 14. סביבי היו כלן היפהפיות של התיכון, ואילו אני נראיתי בת 20. שלא השתדלתי, לא יכולתי להיות סתם סוזי ג'ונס".

קירסטי מספרת שהיתה תלמידה גרועה. כעבור שנתיים של לימודי שזירת פרחים באוניברסיטת קנזס, ועוד קורסים של עיצוב פנים, שכולם היו משעממים, לדבריה – הגיעה לקוקאין.

היא היתה שקועה עמוק, עד ליום שבו אחותה וילדיה באו לביקור. "הייתי כל כך חסרת אחריות, אפילו לא זכרתי שהם אמורים להגיע". ההרגשה, שנתפסה "על חם" במצב מחפיר, היתה הכוח המדרבן לצאת מהקוקאין.

ב־1981 הגיעה להוליווד ופתחה בסדרת מבחני בד. אמה נהרגה בתאונת דרכים, והיא אומרת ש"מאז המשפחה קרובה יותר ומאוחדת. אני מצטערת שהיא לא זכתה לראות אותי עושה משהו אפילו השם שלי היה מוזר. כמה מוצלח עם עצמי. היא תמיד חשבה שאני יצור שטחי".

קירסטי אלי עושה תפקידים רבים במחזות־טלוויזיה. על תפקידה כמגי, במחזה של טנסי ויליאמס "חתולה על גג פח לוהט" זכתה לביקורות מעולות ב"לוס־אנג'לס טיימס".

"כוכבות לא היתה אף פעם חלק מן החלומות שלי", אומרת מי שנחשבת לכוכבת הטלוויזיה הלוהטת ביותר בשנה החולפת. היא מתגוררת עם בעלה, השחקן פרקר סטיבנסון, באחוזתו־לשעבר של אל ג'ולסון. יש להם כלבים, חתולים ותרנגולת קטנה, המלווה את קירסטי גם על הסט. "אני גם לא אוהבת לרכב על ההצלחה. זה משהו שיכול להתאורות בן־רגע".

■ **דרורה שביט**

מטה קסם

בשנים האחרונות, כובשת הרפואה הטבעית־הוליסטית מעריצים רבים. אבל הידיעה הטריה ביותר בתחום, הגיעה אלינו מלונדון, וגם זכתה לכותרת בת שלושה טורים ב"סאנדיי מירור" מ־3.1.88: "יש מזור לכל תחלואי האנגלים. טבעי־טבעי ישר מהמקור – ישראלי". ומי מרפא אותם במטה־קסמים, תמורת 25 ליש"ט לביקור של שעה, במרפאת היוקרה ברחוב מארליבון, בלונדון, בלב ממלכת הרפואה הפרטית היקרה? הפרופסור הישראלי (לשעבר) אייב אברהמי, בן 39.

עוד נכתב, שהרופא טוען שהמציא שרביט, המחובר לצינור חלול, ובו מי־מלח וגבישים, שאת הרכבם אינו מגלה. בקצה השרביט יש סוללה חשמלית של 9 וולט. הוא מאתר את מקום הכאב, מפעיל את זרם האנרגיה והופ, – כל המיחושים נעלמים.

אברהמי אמר לכתב, שהוא יכול לרפא סרטן, עקרות, שיגעון ואפילו איידס. כן, איידס. אולם ד"ר ג'וליאן ג'יסל־קניון, מומחה אנגלי לרפואה חילופית אמר: "הוא מעניק אשליות והבטחות שווא, ומנצל אנשים שממילא סובלים. אלו ממש שטויות".

וזה עוד לא הכל. בראיון עם כתב "סאנדיי מירור" התגונן אברהמי ואמר: ריפאתי קשיש שמחצית פניו היתה משותקת. אני לא רופא־אליל, אני מדען. אלי באים אנשים שהתייאשו מהכל, ועבורם אני התקווה האחרונה". לדבריו, ריפא בשיטה זו את אשתו, חלן, ואת ילדיו, אדם (9) ודורון (6). וחוץ מזה, כאשר האמא שלו, שמתגוררת בישראל חלתה, ריפא אותה בהעברת אנרגיה ומחשבות־מרפא, מביתו בלונדון.

■ **דבורה נמיר**

דקדוק בכיף

עליזה שרון, לשונאית, טוענת שאין יותר מקום בכיתה המודרנית ללוח וגיר. למה כן? למטול העקיף ולשקפים. בכיתה המודרנית יישבו התלמידים בכיסאות־זום, ומולם יוקרנו הצורות והכללים. ואם זה לא יוצר – הם ירגישו כמו בסרט.

20 שנה הקדישה שרון לעבודה על ערכת שקפים, שנועדה ללמד את יסודות הדקדוק והלשון העברית – מקצוע שנוא־בהחלט על התלמידים. בימים אלה, יצאה ערכת השקפים לאור; ומופצת באמצעות הוצאת "רמות" של אוניברסיטת ת"א, במחיר היכרות של 130 ש"ח.

■ **עמליה ארגמן־ברנע**

הוידוי הבדוי. שבועיים אחרי

תמיד אמרתי לעולם, אח, הלוואי והייתי זוכה בפיס, או בטוטו או במשהו כזה. בעת הייתי הכי מבסוט בעולם. עכשיו זכיתי. לקחתי את כל הקופה, ומה קרה?

דבר ראשון כשהודיעו לי שאני הזוכה היחיד, כמעט חטפתי שבץ. עד עכשיו יש לי כאבים קשים בחזה. אחר כך, אמרתי להם שלא יספרו מי אני. מה אני צריך צרות. אז מה נותנים, כל שלושה הזוכים משלטונות הספורט להתחנן שאסכים למסור את שמי, זה טוב להם בשביל הפירסומת. אבל אני, מה אני צריך צרות. לא הסכמתי. בסוף הם נתנו את השם שלי בלי שאני אסכים. אני בא

לצאת החוצה ומה אני רואה, הפגנה של עיתונאים [illegible] השכנים כל מיני דברים עליי, אחת השכנות סיפרה שאני הולך כל הזמן עם כפפות בבית [illegible] חמישה ימים לא יצאתי מהבית, כמו בית סוהר. [illegible]

מה גם שהודיעו את השם שלי בעיתונים, גמרו לי החיים. [illegible] חברים, מאחים של החברים,

המשפחה של האחים של החברים, אנשים שאני רואה אותם במכולת, אנשים שעשיתי איתם מילואים, ואלה שהייתי איתם בגן של שושנה. אפילו השכנים מהעממי, אלה שלא הסתכלו עלי קודם אף פעם בחיים, כולם פתאום מתקשרים.

עכשיו מה, יש כאלה מתחילים ישר לספר לי את הצרות שלהם, נחיתי, עני, פסיכולוג. יש חוצפנים שישר מבקשים הלוואה, ויש כאלה עדינים, מתחילים לדבר קודם על המזג אוויר ומה שלום הילדים, כאילו במקרה סתם הם התקשרו, ואני צריך להבין לבד את הרמז.

אחרי שלא הבנתי הרבה רמזים, כל המשפחה ניתקה איתנו את הקשרים. אני, שכל הזמן הייתי לארג', נהייתי פתאום בעיניים שלהם קמצן. הם כולם אינטרסנטים, אמרתי לאשתי, וניתקתי איתם בחזרה.

אותו דבר נהיה עם כל החברים.

עכשיו אין משפחה, אין חברים, וגם אין לנו טלפון. למה אין לנו טלפון, כי ניתקתי. למה ניתקתי, כי אחרי שכל המשפחה והחברים גמרו להתקשר, התקשרה כל שאר המדינה: ארגוני צדקה, חולים, עניים, תרומות – כולם עלי מר אבוקיצה הם קוראים לי פתאום, אחרי שכל החיים הייתי אברום. גם לקחו לי את השם. וגם את הטלוויזיה והוידאו והאופניים של הילדה, באו פורצים ולקחו.

נהיה שקט בבית, וגם זה לא הרבה זמן. באו סוכני הביטוח וחברות ההשקעות, ואנשי עסקים, וסתם מניאקים. כולם באו. אז ניתקתי גם את הדלת, ואנחנו מסתתרים בבית ולא עונים לדפיקות.

נשארנו לבד, אני, האשה והילדים. אין עם מי לדבר, וגם אין מה לעשות. למה, איך מליונר יכול לעבוד בתור פכנאי צינורות. לא יכול. הלכה גם העבודה, וגם החברים מהעבודה, בינגו הם פתאום התקשרו לשאול מה שלום מזג האוויר.

לילדים אני לא מרשה להביא חברים הביתה, ובכלל אני מלמד אותם להיזהר מכל האנשים הצבועים. אז מה נשאר בכלום, מרוב שעמום אני רב כל היום עם האשה. היא אומרת שנמאס לה להיות בבית סוהר. אני אומר לה, בואי נעבור דירה, היא אומרת שהיא נולדה בשכונה והיא תמות בשכונה, והיא לא מעניין אותה כלום.

אז מה יצא לי מכל הטוטו־הזה, תאמינו לי, חיים [illegible].

■ **עמנות רייכר**